ETAPA 8 AÑOS

TEMPORADA

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN «1er TRIMESTRE»

1- OBJETIVOS TÉCNICO-TÁCTICOS:

• Para entrenar de la 1^a a la 4^a semana.

Asimilar, desde la primera o segunda progresión*, los conceptos técnicos básicos relativos a los siguientes golpes planos:

- Golpe plano de derecha.
- Golpe plano de revés.

Potenciar la práctica del juego atendiendo al control en la fuerza del golpe.

Para entrenar de la 5^a a la 8^a semana.

Asimilar, desde la primera o segunda progresión*, los conceptos técnicos básicos relativos a los siguientes golpes planos:

- Servicio por arriba.
- Volea.

Practicar las siguientes combinaciones referentes a los golpes planos aprendidos:

- Servicio por arriba ----- golpe de derecha.
- Servicio por arriba ----- golpe de revés.
- Golpe de derecha ----- volea.
- Golpe de revés ----- volea.

Potenciar la práctica del juego atendiendo a los siguientes conceptos:

- El control en la fuerza del golpe.
- La percepción del vuelo y el bote de la pelota (colocación según el bote de la pelota).

Para entrenar de la 9^a a la 12^a semana.

Practicar, desde la primera o segunda progresión*, los siguientes conceptos básicos relativos a los desplazamientos en el golpe plano de derecha y de revés:

- Recuperación del punto de partida.
- Lateral (diagonal), hacia delante y hacia atrás (movimientos en aspa).

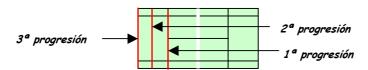
Aprender las siguientes nociones básicas del reglamento de singles y dobles:

- Espacio de juego.
- Puntuación básica: juegos y sets.

Potenciar la práctica del juego atendiendo a los siguientes conceptos:

- El control en la fuerza del golpe.
- La percepción del vuelo y el bote de la pelota (colocación según el bote de la pelota).

En este primer trimestre el objetivo es que el alumno se inicie en la primera progresión y avance hacia la segunda.



^{*} Progresión: el concepto de «progresión» hace referencia a las tres zonas de aprendizaje de la pista. A medida que el alumno vaya asumiendo los diferentes contenidos desde la primera de ellas, irá aumentando la distancia de juego hacia la segunda, y así hasta que llegue a jugar desde el fondo de la pista.

2- TEMPORIZACIÓN Y DESARROLLO CONCEPTUAL DE LOS CONTENIDOS QUE SE HAN DE TRABAJAR:

1ª semana

GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de derecha (desde la primera o segunda progresión).

Concepto: golpe desde la primera progresión con impacto plano de la pelota, hacia delante y con apoyo cruzado.

Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha.
- Preparación del golpe: de atrás hacia delante con balanceo o en semirotación.
- Finalización: recogiendo la raqueta con la mano izquierda.

EMPUÑADURA DE DERECHA





DERECHA PLANA



Trayectoria del golpe: parabólica.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la primera progresión).

Acción de aprendizaje: paso de golpe estático (saque por abajo) a golpe con mínimo desplazamiento de aproximación a la pelota.

Tarea asignada del Ejercicio 1 (ficha 1) de la Parte Principal:



EDUC	A	ENTRENADOR:		FECHA:			
TENNI	IS.COM	GRUPO: 8 AÑOS	TRIMESTRE:	1º Nº SEN	IANA: 1ª	Nº SESIÓN: 1	
CONTENI	DOS PARA	A TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (EL GOLPE DE	DERECHA E	N POSICIO	ÓN ESTÁTICA)	
TIEMPO	SESIÓN	DESARROLLO DE	LA SESIÓN			GRÁFICOS	
SESIÓN 1 HORA	SESIÓN 2 HORAS	CALENTAMIENTO Ejercicio 1: con empuñadura de dere	cha so dobo bo	otar la polota	Ę.		
PARTE		repetidas veces contra el suelo.				k Lo	
15'	30'	Ejercicio 2: igual que el ejercicio 1, per alrededor de la pista. Ejercicio 3: desde tres cuartos de pirealizar 5 servicios de derecha dirigio conos.	sta (línea naranja	a), se deben	1 C C C C C C C C C C C C C C C C C C C		
		pasillos de dobles realizan el siguiente con la mano intentando que bote dent bote, tiene que golpearla de derecha ha le ha lanzado la pelota.	de conos. cio 5: dos jugadores situados de frente en cada uno de los os de dobles realizan el siguiente ejercicio: uno lanza la pelota a mano intentando que bote dentro de un aro y el otro, tras el tiene que golpearla de derecha hacia las manos del jugador que lanzado la pelota. cio 6: se deben realizar servicios desde la primera o segunda esión.				
PARTE PI	RINCIPAL	ENTRENAMIENTO DE PELOTEO	modificado (le	o paroja cálo	Ē.		
15'	30'	Ejercicio 1: peloteo en forma de trío puede golpear de derecha). El profesor sitúa muy cerca de la red (por la part puede participar en el peloteo de los jugun lado u otro de la red. Al finalizar posición de espera (rojos) entran a jugasan a esperar. Ejercicio 2: peloteo en forma de dobles golpear de derecha). El profesor pone pegado a la red y puede participar el mediante voleas hacia un lado y otro esperan entran a jugar al fallo de un jug	r pone la pelota e de del jugador qu gadores mediante dos bolas, los j ar y los que jugal —modificado— (s e la pelota en ju n el peloteo de l de la red. Los ju ador.	en juego y se le va solo), y voleas hacia jugadores en ban (blancos) sólo se puede ego, se sitúa los jugadores	JERCCI CI		
15'	30'	Ejercicio 1: el profesor lanza desde el pelota a cada uno de los alumnos que he estáticamente de derecha en dirección a Grupo de tarea asignada: un jugador situado a espaldas del vallado del fondo lanza con la mano una pelota para que golpee de derecha dirigiéndola hacia las Ejercicio 2: igual que el ejercicio antiguadores y sólo dos raquetas. Tras cad pasar la raqueta a su compañero para de la compañero	el carro, alternativa nay en la pista, y é a los conos. en un rincón do donde golpean le su compañero, tr s manos del lanza terior, pero ahora da golpeo, el juga	éstos golpean le la pista, y os jugadores, ras el bote, la idor. a hay cuatro idor tiene que na acción.	E J E R C C C C C C C C C C C C C C C C C C		
TIEMPO	30'	JUEGO Juego 1: gran slam de dobles —modific de derecha). Open USA: Vencedor	5. 5. 5. 5.	uede golpear	J U E G G O O 2 2		

2ª semana

GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de derecha (desde la primera o segunda progresión).

Concepto: golpe desde la primera progresión con impacto de la pelota hacia delante y con apoyo cruzado.

Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha.
- Preparación del golpe: de atrás hacia delante con balanceo o en semirotación.
- Punto de impacto: entre el hombro y la cadera.
- Finalización: recogiendo la raqueta con la mano izquierda.

DERECHA PLANA



Trayectoria del golpe: parabólica. Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la primera o

segunda progresión).

Acción de aprendizaje: golpe previo desplazamiento de aproximación a la pelota atendiendo al vuelo y al posterior bote de la pelota.

EDUC	A		ENTRENADOR:			FECH	IA:					
TENN	IS.CON	1	GRUPO: 8 AÑOS	TRIMES	STRE:	1°	Nº SEM	IAN	A: 2ª	Nº SES	ÓN: 1	
CONTENI	DOS PARA	TRAB	AJAR: GOLPES BÁSIC	COS (EL GOLI	PE DE	DER	ECHA C	ON	DESPI	LAZAMIE	NTO)	
	SESIÓN			O DE LA SES	IÓN					GRÁFIC	OS	
SESIÓN 1 HORA	SESIÓN 2 HORAS		TAMIENTO 1: jugando solo y con	empuñadura de	derec	ha se	deben					1
PARTE		realizar	golpeos suaves hacia a					E J	\nearrow	\Diamond		
15'	30'	Ejercicional redecidad redecidad redecidad realizar conos. Ejercicional redecidad rede	o 5: dos jugadores situa de dobles realizan el sig mano intentando que bote ene que desplazarse y go na lanzado la pelota. o 6: se deben realizar se ión.	de pista (línea dirigidos hacia o 3, pero dirigido dos de frente equiente ejercicio: e dentro de un alpearla hacia la ervicios desde la	naranji la prim os haci en cada uno la aro y e s mano	a), se nera li a la s a uno inza la el otro, os del	deben nea de egunda de los a pelota tras el jugador	ERCICIO 3 Y 4 EJERCICIO 5		Δ Δ Δ	*	
PARTE P	RINCIPAL	ENTRE	NAMIENTO DE PELOTE			مامام	vales	E		•		
15'	30'	pelotea jugador Grupo paralela espera Ejercicio de dere rueda). saque	o 1: en media pista par con dos alumnos (tres graue espera entra por el ju de tarea asignada: dos a un peloteo suave de dentra por el jugador que fa o 2: peloteo de dobles — echa, y la pareja que va ju El profesor pone la pelota participando de volea er es que esperan entran a ju	olpeos de derec gador que falla. jugadores reali erecha y de re illa. modificado— (so unto al profesor en juego y se s el peloteo de	ha cada zan en vés. El blo se p golpea itúa en los ju	a juga medi jugad ouede uen fo un cu gadore	dor). El ia pista dor que golpear orma de adro de	JERCICIO 1 EJERCICIO 2				
15'	30'	Ejercicio pelota I pista, y Grupo situado lanza co golpee e Ejercicio derecha Los jug	NAMIENTO DE «CARRO o 1: el profesor lanza de arga y una corta a la der éstos golpean en dirección de tarea asignada: un ju a espaldas del vallado de on la mano una pelota par de derecha dirigiéndola ha o 2: el profesor lanza de a del jugador y éste, tras e padores que están detrás que falla.	esde el carro, a recha de los alum hacia los cono ligador en un ri l fondo donde gora que su compancia las manos de el carro un el golpeo, recupe	Iternative mnos of s. incón do lipean I añero, to el lanza a pelotera la po	que ha los jug ras el ador. a late osiciór	pista, y adores, bote, la ral a la	EJERCICIO 1 EJERCICIO 2				

PART	E FINAL	JUEGO			
15' TIEMP 60'	30' O TOTAL 120'	Juego 1: el trío —modificado— (la pareja sólo puede golpear de derecha). Vencedor	JUEGO 1 JUEGO 2		

GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de revés (desde la primera o segunda progresión).

Concepto: golpe a dos manos desde la primera progresión con impacto de la pelota plano, hacia delante y con apoyo cruzado.

Técnica básica:

- Empuñadura: falsa de derecha.
- Preparación del golpe: de atrás hacia delante con balanceo o en semirotación.
- Finalización: estirando el brazo izquierdo.

EMPUÑADURA DE REVÉS A DOS MANOS EMPUÑADURA DE REVÉS A UNA MANO





REVÉS PLANO A DOS MANOS



Trayectoria del golpe: parabólica.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la primera o segunda progresión).

Acción de aprendizaje: paso de golpe estático (saque por abajo) a golpe con mínimo desplazamiento de aproximación a la pelota.

Tarea asignada del Ejercicio 1 (ficha 3) de la Parte Principal:



EDUC	Α		ENTRENADOR:		FECHA:				
	IS.CON	Л			<u> </u>				
I CIVIN	13.CON	/1	GRUPO: 8 AÑOS	TRIMESTRE:	1º Nº SE	EM/	NA: 3 ^a	Nº SESIÓI	N: 1
CONTENI	DOS DARA	TPAR	 AJAR: GOLPES BÁSICOS (EL GOLDE DE	: PEVÉS EN	PC	SICIÓN	 	<u> </u>
		INAD	•		- KLVLJ LIV	-	SICION		
SESIÓN	SESIÓN SESIÓN	CALEN	DESARROLLO DE TAMIENTO	LA SESION		П		GRÁFICO	S
1 HORA	2 HORAS		1: jugando solo y sujetando la	raqueta con la r	nano izquierd	a 🖡			
	INICIAL		puñadura de revés, se debe b	otar la pelota re	epetidas vece	S E R	\triangleright	\Diamond	
15'	30'	contra e	el suelo. <mark>o 2:</mark> igual que el ejercicio 1, per	o dando dos vu	eltas corriend	0 0		Δ	
		alreded	or de la pista.			0	\triangle	Δ	
			 3: desde tres cuartos de pirales de pirales de servicios de revés dirigidos ha 						
			4: igual que el ejercicio 3, pe				$\Gamma \otimes \overline{}$	\otimes	
		línea de	conos. <mark>o 5:</mark> dos jugadores situados d	o fronto on car	ta uno do lo	шЈш			
		pasillos	de dobles realizan el siguiente	e ejercicio: uno I	anza la pelot	a į̇̃	/		
			mano intentando que bote dent				0	0 0	
			ene que golpearla de revés hacia ado la pelota.	a ias manos dei	Jugador que i	5)
			6: se deben realizar servicios	s desde la prime	era o segund	а			
PARTE P	RINCIPAL	progres	NAMIENTO DE PELOTEO						
15'	30'		1: peloteo en forma de trío -						
10	30		golpear de revés). El profesor uy cerca de la red (por la part						
		puede p	participar en el peloteo de los ju	gadores mediant	e voleas haci	a o			7 4
			u otro de la red. Al finalizar n de espera (rojos) entran a jug						
		pasan a	esperar.						
			2: peloteo en forma de dobles de revés). El profesor pone						
		pegado	a la red y puede participar e	n el peloteo de	los jugadore	S	\blacksquare		
			te voleas hacia un lado u otro n entran a jugar por el jugador qu		jugadores qu	0 0			
		esperan	i entrari a jugar por er jugador qu	ie ialia.		2			
		·		····					
15'	30'		NAMIENTO DE «CARRO» CON 1: el profesor lanza desde e		ivamente. un	a E			
		pelota a	cada uno de los alumnos que h	nay en la pista, y					
			mente de revés en dirección had de tarea asignada: un jugador		de la pista.	V _ C			
		situado	a espaldas del vallado del fondo	o donde golpean	los jugadores	, 1			
			on la mano una pelota para que de revés dirigiéndola hacia las m			a E			
		Ejercicio	2: igual que el ejercicio an	terior, pero aho	ra hay cuatr		^		
			es y sólo dos raquetas y, tras sar la raqueta a su compañer						
		acción.	sar la raqueta a su companer	o para que rec	inoc ia miom	0 2	Δ		
PARTE	FINAI	JUEGO				+			
15'	30'	Juego 1	: gran slam de dobles -modifie	cado— (sólo se	puede golpea	r 🔒			
		de revés Open U	,			UEG			
		Venced	or 6 puntos			1			
		Venced Roland	or 6 puntos	3.				V	
		Venced	or 6 puntos						
			or6 puntos : la rueda.	S.		JUE			
		Venced	or 6 puntos	3 .		0			•
		Venced	or 6 puntos	S.					
		venced	or 6 puntos	.					
	TOTAL]							
60'	120'								

GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de revés (desde la primera o segunda progresión).

Concepto: golpe a dos manos desde la primera o segunda progresión con impacto de la pelota plano, hacia delante y con apoyo cruzado.

Técnica básica:

- Empuñadura: falsa de derecha.
- Preparación del golpe: de atrás hacia delante con balanceo o en semirotación.
- Punto de impacto: entre el hombro y la cadera.
- Finalización: estirando el brazo izquierdo.

REVES PLANO A DOS MANOS



REVÉS PLANO A UNA MANO



Trayectoria del golpe: parabólica. Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la primera o

segunda progresión).

Acción de aprendizaje: golpe previo desplazamiento de aproximación a la pelota atendiendo al vuelo y al posterior bote de la pelota.

Ejercicio 1 (ficha 4) de parte principal:





EDUC	A		ENTRENAD	OR:		FECH	łA:					
TENN	IS.CON	1	GRUPO: 8 A	ÑOS	TRIMESTRE:	1º	Nº SEM	IAN	A: 4 ^a	N° SE	SIÓN: 1	
CONTENI	DOS PARA	TRAB	AJAR: GOLP	ES BÁSICOS (EL GOLPE DE	REV	ÉS CON	DE	SPLAZ	AMIEN	TO)	
TIEMPO	SESIÓN		DES	ARROLLO DE	LA SESIÓN					GRÁF	cos	
SESIÓN	SESIÓN		TAMIENTO									
1 HORA	2 HORAS			solo y con emp				E	^	La		
15'	30°	en el su Ejercicio alrededo Ejercicio realizar	elo entre cada (2: igual que e or de la pista. 3: desde tre 5 servicios de r	es suaves hacia golpeo. Il ejercicio 1, per s cuartos de pis evés dirigidos ha el ejercicio 3, pe	o dando dos vu sta (línea narar icia la primera lír	eltas co nja), se nea de	orriendo e deben conos.	E R C I C I O 3		<u>A</u>		
		línea de Ejercicio pasillos con la r bote, tie jugador	conos. 5: dos jugad de dobles real nano intentand ne que desplaz que le ha lanza 6: se deben	ores situados d izan el siguiente o que bote dent zarse y golpearla	e frente en cao e ejercicio: uno l ro de un aro y de revés hacia	da uno lanza la el otro las ma	de los a pelota , tras el anos del	EJERCICIO 5		♦	⊗ → → → → → → → → → →	
PARTE PI	RINCIPAL		NAMIENTO DE				1 . 1	E				
15'	30'	con dos espera de Grupo o paralela espera de revérueda). saque piugadore ENTRE Ejercicio pelota la	alumnos (tres entra a jugar po de tarea asign un peloteo su entra a jugar po 2: peloteo de s y la pareja de El profesor pon participando de es que esperan NAMIENTO DE 1: el profeso arga y una corta	ista paralela, el p golpes de revés r el jugador que ada: dos jugado ave de derecha r el jugador que dobles —modific que va junto al e la pelota en jud e volea en el p entran a jugar po «CARRO» CON r lanza desde el a al revés de los	cada jugador). falla. ores realizan e a y de revés. E falla. cado— (sólo se profesor golpea ego y se sitúa el eloteo de los j or el jugador que l PROFESOR el carro, alternal alumnos que ha	El juga n med El juga puede a en fo n un cu ugador e falla.	dor que ia pista dor que golpear orma de iadro de es. Los	EJERCICIO 1 EJERCICIO 2 EJERC				
PARTE	FINAL	Grupo o situado lanza co golpee o Ejercicio del juga	de tarea asign a espaldas del on la mano una de revés dirigiér o 2: el profesor idor y éste, tra es que están d	ción hacia los cor ada: un jugador vallado del fondo pelota para que ndola hacia las m lanza desde el c as el golpeo, rec etrás esperando	en un rincón o donde golpean su compañero, nanos del lanzad arro una pelota cupera la posici	los jug tras el or. lateral ión inic	padores, bote, la al revés cial. Los	CICIO 1 EJERCICIO 2	Δ Δ Δ			
15'	30'	Juego revés). Vencedo Finalista Juego 2 Open U Vencedo	1: el trío —mo or : gran slam de 6 SA:	odificado— (la p 6 punto 3 puntos dobles. 6 punto 6 punto	S. S.	de golp	oear de	JUEGO 1 JUEGO 2				
60'	120'											
100	120	Ī						1				

GOLPES BÁSICOS: técnica del servicio plano por arriba (desde la primera o segunda progresión).

Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha.
- Posición de los pies: la punta del pie delantero orientada hacia el poste derecho de la red y el pie trasero paralelo a la línea de fondo.
- Elevación de la pelota.
- Posición: el codo a la altura del hombro.
- Impacto: parabólico.
- Finalización: cruzando el brazo izquierdo por debajo del brazo derecho.

EMPUÑADURA DEL SERVICIO







Dirección: cruzada. Trayectoria: parabólica.

Combinación de acciones: servicio por arriba y golpe plano de derecha o de revés.

Ejercicio 2 (ficha 5) de la Parte Inicial:



Ejercicio 3 (ficha 5) de la Parte Inicial:



EDUC	A		ENTRENADOR:		FECH	IA:		
TENNI	S.COM	1	GRUPO: 8 AÑOS	TRIMESTRE:	: 1º	N° SEM	ANA: 5	a Nº SESIÓN: 1
CONTENI	DOS PARA	TRAB	AJAR: GOLPES BÁSICOS (EL SERVICIO	PLAN	O)		
TIEMPO	SESIÓN		DESARROLLO DE	LA SESIÓN				GRÁFICOS
SESIÓN	SESIÓN		ITAMIENTO					
1 HORA PARTE	2 HORAS		o 1: jugando solo y con em					
15'	30'	parte in Ejercici debe p servicio Ejercici la pista las cue de la pi Ejercici de dere	 3: el jugador se pone dela y realiza el movimiento cor rdas de la raqueta intercepta sta. 4: desde tres cuartos de pi echa, se debe realizar el mov 	ión correcta de elevación de la nte del vallado npleto del saq an la pelota er sta, y con emprimiento comple	el servi a pelota del fo ue has atre el s	icio, se a en el a ndo de sta que vallado ra este		
			arar el golpe en el punto de i o 5: desde la segunda pro		eben i	ealizar		
		servicio	os completos.			Jan.		
PARTE P	RINCIPAL		NAMIENTO DE PELOTEO	al mustages de	ما مام	.voloo		
15'	30'	pelotea jugadoi compai Grupo en mer pasillo saque compai Ejercici forma compai el juga cono al pasa a hasta o la posic Ejercici conos empiez servicio fallo, se	de tarea asignada: dos jugadia pista paralela, y desde de dobles, servicios compl y posterior peloteo (hastañero al resto. o 2: dos parejas pelotean de rueda. El jugador que eñero. ENAMIENTO DE «CARRO» o 1: se deben realizar servicidor que introduce la pelota marillo, el que introduce la pelota de pelota de la cono más cercana el pelota de la sersa.	o golpes de entra a jugar a adores, por tur tres cuartos etos hacia el a su finalizad de derecha y espera entra a compos de la sigui desde el concelota desde el viendo desde falla, el servicio edio grupo em por los conos os a la red y a más alejado. a vez se cons	fondo al fallo rnos, rode pis cuadra ción) de real fallo OR ente mo rojo pose vue pieza pose vue pieza la introcuigue lla introcuigue lla cigue lla fallo real fallo	ealizan sta del ado de con el vés en de su nanera: pasa al marillo osición uelve a por los ducir el aso de egar al		
PARTE 15'	30°	Juego Yenced Finalist Juego Yenced Venced Finalist	1: el trío. dor	ntos. ela sirviendo e untos. untos. ntos.	l profe:	sor.		

TIEMPO TOTAL

120'

60'

GOLPES BÁSICOS: técnica del servicio plano por arriba (desde la primera o segunda progresión).

Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha.
- Posición de los pies: la punta del pie delantero orientada hacia el poste derecho de la red y el pie trasero paralelo con la línea de fondo.
- Elevación de la pelota.
- Posición: el codo a la altura del hombro.
- Impacto: parabólico.
- Finalización: cruzando el brazo izquierdo por debajo del brazo derecho.

EL SERVICIO PLANO



Dirección: cruzada. Trayectoria: parabólica.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la primera o

segunda progresión).

Combinación de acciones: servicio por arriba y golpe plano de derecha o de revés.

Ejercicio 1 (ficha 6)de la Parte Inicial:



Ejercicio 4 (ficha 6)de la Parte Inicial:



ENTRENADOR: FECHA: EDUCA TENNIS.COM **GRUPO: 8 AÑOS** TRIMESTRE: 1° Nº SEMANA: 6ª Nº SESIÓN: 1 CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (EL SERVICIO PLANO) TIEMPO SESIÓN **DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN CALENTAMIENTO 2 HORAS 1 HORA Ejercicio 1: con empuñadura continental (martillo), se debe golpear **PARTE INICIAL** repetidas veces la pelota contra el suelo con el canto inferior de la cabeza de la raqueta. 15' 30' Ejercicio 2: con los pies en la posición correcta del servicio y sin raqueta, se debe realizar el movimiento completo del servicio lanzándose la pelota con la mano izquierda para, en el momento del impacto, recogerla con la mano derecha. Ejercicio 3: el jugador se pone delante del vallado del fondo de la pista y realiza el movimiento completo del saque hasta que las cuerdas de la raqueta intercepten la pelota entre el vallado de la pista. Ejercicio 4: desde tres cuartos de pista, y con empuñadura este de derecha, se debe realizar el movimiento completo del sague hasta parar el golpe en el punto de impacto. Ejercicio 5: desde la segunda progresión, se deben realizar servicios completos. PARTE PRINCIPAL **ENTRENAMIENTO DE PELOTEO** Ejercicio 1: en media pista paralela, el profesor, desde la volea, 30 15' pelotea con dos alumnos (cuatro golpes de fondo cada jugador) enviándoles bolas largas y cortas. El jugador que espera entra al fallo de su compañero. Grupo de tarea asignada: tres jugadores, por turnos, realizan el ejercicio de la siguiente manera: un jugador en media pista paralela, y desde tres cuartos de pista del pasillo de dobles, realiza servicios completos hacia el cuadrado de saque para que un jugador le reste el servicio dirigiéndolo hacia el cono y, tras el bote, el jugador que espera pare la pelota y con ésta pueda iniciar él mismo su turno de Ejercicio 2: dos parejas pelotean de derecha y de revés en forma de rueda. El jugador que espera entra al fallo de su compañero. ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR 15' 30' Ejercicio 1: se deben realizar servicios de la siguiente manera: el jugador que introduce la pelota desde el cono rojo pasa al cono amarillo, el que introduce la pelota desde el cono amarillo pasa al cono verde y se sigue sirviendo desde esta posición hasta cometer un fallo. Cuando se falla el servicio se vuelve a la posición inicial. Los servicios que se ejecuten desde dentro del pasillo de dobles tienen que ser dirigidos hacia el cuadro de servicio más próximo al jugador. Ejercicio 2: la vuelta al mundo. Medio grupo empieza por los conos rojos y el otro medio grupo por los conos amarillos. Se empieza por los conos más cercanos a la red y al introducir el servicio se pasa al siguiente cono más alejado. En caso de fallo se vuelve al cono inicial. Una vez se consigue llegar al final de los conos rojos se pasa a los conos amarillos y viceversa. **PARTE FINA** Juego 1: el rey de dobles sirviendo el profesor. 30' Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Finalista 3 puntos. Finalista 3 puntos. Juego 2: el rey en media pista paralela sirviendo el profesor. Open USA: Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Finalista 3 puntos. Finalista 3 puntos. **TIEMPO TOTAL**

120'

7ª semana

GOLPES BÁSICOS: técnica de la volea de derecha.

Concepto: golpe plano sin bote de trayectoria descendente. Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha.
- Posición de los pies: apoyo cruzado.
- Preparación del golpe: alta y recortada.
- Punto de impacto: delante del cuerpo.
- Finalización del golpe: recortado.

EMPUÑADURA DE VOLEA



VOLEA DE DERECHA



Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la primera o

segunda progresión).

Combinación de acciones: golpe plano de derecha o de revés y volea de derecha.

Ejercicio 1 (ficha 7) de la Parte Inicial:



			I								
EDUC			ENTRENADOR:		FECH	HA:					
TENNI	IS.CON	/1	GRUPO: 8 AÑOS	TRIMESTRE:	: 1°	Nº SEM	IA	NA: 7ª	Nº SES	IÓN: 1	
CONTENI	DOS PARA	TRAB	AJAR: GOLPES BÁSICOS (LA VOLEA DE	DER	ECHA)					
TIEMPO	SESIÓN		DESARROLLO DE	LA SESIÓN					GRÁFIC	cos	
SESIÓN 1 HORA	SESIÓN 2 HORAS		NTAMIENTO								_
PARTE			io 1: jugando solo y con el				E	^4	1		
15'	30'		golpear la pelota repetidas ve ls interiores de la raqueta.	eces nacia am	Da CO	nila ias	E R C			- 0	
			io 2: igual que el ejercicio	1, pero dando	dos	vueltas	C				
		corrien	do alrededor de la pista.				3				
			io 3: desde la línea naranja, s				Y				
			ea de derecha dirigidos hacia io 4: igual que el ejercicio				4				
			da línea de conos.	, para amig			J	\bigotimes	\otimes	\otimes	
			io 5: dos jugadores situados				C	6	1	(F)	
			ancia realizan el siguiente e mano y el otro tiene que go				0				
			as manos del jugador que le l				5	Ü	Ü	Ü	
		Ejercic	io 6: se deben realizar se								
DARTE DI	RINCIPAL	progre	sión. ENAMIENTO DE PELOTEO								
			io 1: el profesor, desde la	a volea, mant	iene (con un	Ē (X			_
15'	30'	jugado	r un peloteo de la siguient	te manera: tre	es gol		R				
			una subida a la red y una vol				6 (
			de tarea asignada: a cuati r lanza la pelota con la mano				1				
			de derecha hacia las manos d		sio go	ipea de				•	
			io 2: se realizan dos equipo				Ę				_
			n el fondo y dos en la red)				E R				_
			a pelota en juego y los cuat aranja realizan un peloteo de				0)
			dos jugadores situados en la				0				
		de vole	ea el peloteo de los contrarios	S.						•	
15'	30'		ENAMIENTO DE «CARRO»								_
15	30		io 1: el profesor lanza desde				Į (\overline{A}	_
			elota a cada uno de los alur golpean estáticamente de vo				C C			—	
		a los c					0		04		
			de tarea asignada: a cuati				1				
			r lanza la pelota con la mai de volea de derecha dirigió				E				
		lanzad		siluola ilacia ie	as IIIa	ilos dei	R	•		_/	
		Ejercic	io 2: igual que el ejercicio ant								
			res y sólo dos raquetas. Tr				2				
			ue pasar la raqueta a su cor acción.	прапето рага	que re	alice la					
PARTE	FINAL	JUEG									
15'	30'		1: gran slam de dobles.				J				\Box
		Open l	JSA: dor 6 pu	intoe			E G O				
			dor 6 pu				1				
		Open o	de Australia:				ĭ		V		
			dor 6 pu				UEG	-			_
			dor 6 pu <mark>2:</mark> el <i>winner</i> .	intos.			2				
			dor 6 pu	ıntos.					0_		
		Vence	dor 6 pu	intos.							
			dor 6 pu								2
TIEMPO	TOTAL	vence	dor 6 pu	iiitOS.							

TIEMPO TOTAL 60' 120'

8ª semana

GOLPES BÁSICOS: técnica de la volea de revés a dos manos.

Concepto: golpe plano sin bote de trayectoria descendente.

Técnica básica:

- Empuñadura a dos manos: este de derecha y de revés.
- Posición de los pies: apoyo cruzado
- Preparación del golpe: alta y recortada.
- Punto de impacto: delante del cuerpo.
- Finalización del golpe: recortado.

EMPUÑADURA DE LA VOLEA DE REVÉS A DOS MANOS



VOLEA DE REVÉS A DOS MANOS



Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la primera o

segunda progresión).

Combinación de acciones: golpe plano de derecha o de revés y volea de revés.

ENTRENADOR: FECHA: EDUCA TENNIS.COM GRUPO: 8 AÑOS Nº SEMANA: 8a Nº SESIÓN: 1 TRIMESTRE: 1° CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (LA VOLEA DE REVÉS) TIEMPO SESIÓN **DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN CALENTAMIENTO 2 HORAS 1 HORA Ejercicio 1: jugando solo y con empuñadura de volea de revés **PARTE INICIAL** a dos manos, se debe golpear la pelota repetidas veces hacia 15' 30' arriba contra las cuerdas exteriores de la raqueta. Ejercicio 2: igual que el ejercicio 1, pero dando dos vueltas corriendo alrededor de la pista. Ejercicio 3: desde la línea naranja, se deben realizar 7 servicios de volea de revés dirigidos hacia la primera línea de conos. Ejercicio 4: igual que el ejercicio 3, pero dirigidos hacia la segunda línea de conos. Ejercicio 5: dos jugadores situados de frente a cuatro metros de distancia realizan el siguiente ejercicio: uno lanza la pelota con la mano y el otro tiene que golpear de volea de revés hacia las manos del jugador que le ha lanzado la pelota. Ejercicio 6: se deben realizar servicios desde la segunda progresión. **PARTE PRINCIPAL ENTRENAMIENTO DE PELOTEO** \otimes Ejercicio 1: el profesor, desde la volea, mantiene con un 15' 30' jugador un peloteo de la siguiente manera: tres golpes de fondo, una subida a la red y una volea de revés. Grupo de tarea asignada: a cuatro metros de distancia, un jugador lanza la pelota con la mano y su compañero golpea de volea de revés hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: se realizan dos equipos, uno de cuatro jugadores (dos en el fondo y dos en la red) y otro de dos. El profesor pone la pelota en juego y los cuatro jugadores situados en la línea naranja realizan un peloteo de fondo de dobles. La misión de los dos jugadores situados en la red es intentar interceptar de volea el peloteo de los contrarios. ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR 30' 15' Ejercicio 1: el profesor lanza desde el carro, alternativamente. una pelota a cada uno de los alumnos que hay en la pista, y éstos golpean estáticamente de volea de derecha en dirección a los conos. Grupo de tarea asignada: a cuatro metros de distancia, un jugador lanza la pelota con la mano para que su compañero golpee de volea de revés dirigiéndola hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora hay cuatro jugadores y sólo dos raquetas. Tras cada golpeo, el jugador tiene que pasar la raqueta a su compañero para que realice la misma acción. **PARTE FINAL** JUEGO 30' 15' Juego 1: el winner. Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Juego 2: gran slam de dobles. Open USA: Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Open de Australia: Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. **TIEMPO TOTAL**

60'

120'

GOLPES BÁSICOS: técnica de la volea de derecha y de revés.

Concepto de la volea de derecha: golpe plano sin bote de trayectoria descendente. Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha.
- Posición de los pies: apoyo cruzado.
- Preparación del golpe: alta y recortada.
- Punto de impacto: delante del cuerpo.
- Finalización del golpe: recortado.

VOLEA DE DERECHA



Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la primera o

segunda progresión).

Concepto de la volea de revés: golpe plano sin bote de trayectoria descendente.

Técnica básica:

- Empuñadura a dos manos: este de derecha y de revés.
- Posición de los pies: apoyo cruzado.
- Preparación del golpe: alta y recortada.
- Punto de impacto: delante del cuerpo.
- Finalización del golpe: recortado.

VOLEA DE REVÉS A DOS MANOS



Dirección: paralela y cruzada.

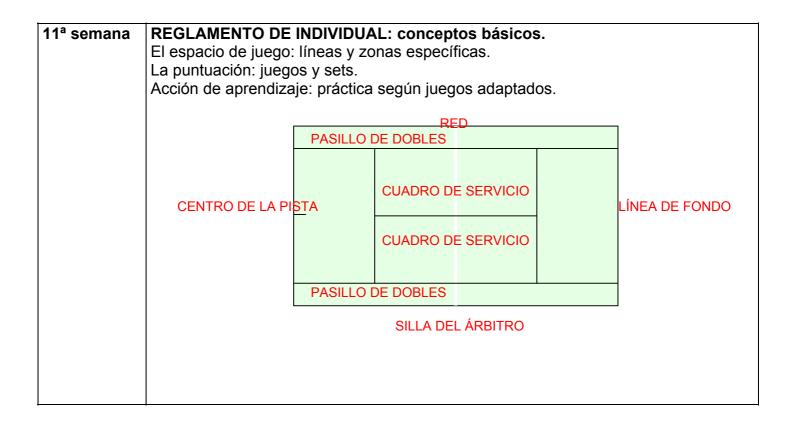
Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la primera o

segunda progresión).

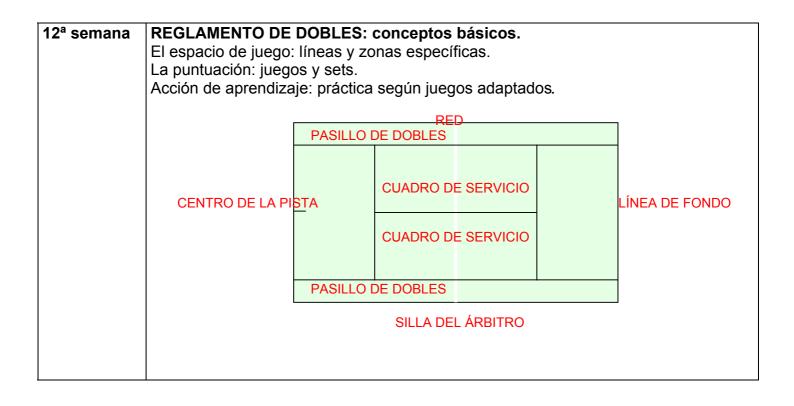
EDUC	A		ENTRENAD	OR:		FECF	1A:					
TENN	IS.CON	/1	GRUPO: 8 A	NÑOS	TRIMESTRE:	1º	Nº SEM	IANA: 9ª	Nº SESIÓN: 1			
CONTENI REVÉS)	DOS PARA	A TRAB	AJAR: GOLF	PES BÁSICOS	(LA VOLEA C	ON DI	ESPLAZ	AMIENTO	DE DERECHA Y D	Ε		
	SESIÓN		DE!	SARROLLO DE	I A SESIÓN				GRÁFICOS			
SESIÓN	SESIÓN	CALEN	TAMIENTO	DANNOLLO DE	LA OLOIOIT			E	CITALIOOG	_		
1 HORA	2 HORAS			solo, se debe g		a hacia	a arriba	E C				
PARTE 15'	30'			recha y de revés el ejercicio 1, per		eltas co	orriendo					
15	30	alredede Ejerciciona a tres m pelota co hacia lo	or de la pista. 3: dos jugado netros de distar con la mano y e os conos. Al fir	res situados de f ncia, realizan el s el otro tiene que nalizar el golpe d	rente, con la red siguiente ejercicio golpearla de vol de volea, el juga	entre o: uno ea de o ador tie	medio y lanza la derecha ene que	∆ 3				
		el ejerci Ejercicion revés.	cio. o 4: igual que e	ida y dar paso a : el ejercicio anterio ealizar servicios o	or, pero golpeand	do de v	olea de					
PARTE PI	RINCIPAL		NAMIENTO DE									
15'	30'	peloteo red, una Grupo de la línea los juga peloteo ENTRE Ejercicio jugador derecha Grupo de la línea la de dere Ejercicio la nza la de dara de la la la da	de la siguiente a volea de derecta e volea de derecta pelota con la ea de derecha your en contra de de derecha your en contra de la contra del contra de la contra del contra de la contra del contra de la contra de	E «CARRO» CON or lanza desde lpeo de aproxim	etros de distance de la carro pelotas de distance de distance de la manos de la carro jugador fondo de dobles ententar intercepta de la red, etros de distance de la carro pelotas ación a la red, etros de distance de la carro pelotas de la lanzador, equeta por parej una pelota a ca	ia, un ternativel lanza ugador ubre el es situa. La mar de versa una versa una versa a. El pada una	jugador ramente ador. res (dos medio). ados en isión de volea el jugador de volea de profesor a de las	#J##CC_C_C_O 1				
PARTE		JUEGO		dobles.	queta tras cada ς	golpeo.		E J J E R C C I C I C I C I C I C I C I C I C I)		
15'	30'	Open U Venced Venced Open de Venced Venced Juego 2 Venced Venced Venced Venced	SĀ: or	6 puntos	3. 3. 3. 3. 3.			J U E G G G G G G G G G G G G G G G G G G				
TIEMPO		4										
60'	120'											

GOLPES BÁSICOS: desplazamientos en el golpe plano de derecha y de revés. 10^a semana Desplazamientos: Recuperación del punto de partida. Lateral (diagonal), hacia delante y hacia atrás (movimientos en aspa). Acción de aprendizaje: carrera dirigida con parada previa al golpeo. **DESPLAZAMIENTO EN ASPA DESPLAZAMIENTO LATERAL**

ENTRENADOR: FECHA: **EDUCA** TENNIS.COM **GRUPO: 8 AÑOS** TRIMESTRE: 1° Nº SEMANA: 10ª Nº SESIÓN: 1 CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (EL GOLPE DE DERECHA Y DE REVÉS CON **DESPLAZAMIENTO)** TIEMPO SESIÓN **DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN **CALENTAMIENTO** 1 HORA 2 HORAS Ejercicio 1: jugando solo, se deben realizar alternativamente PARTE INICIAL golpes de derecha y de revés a dos manos, suaves y hacia 15' 30' arriba dejando botar la pelota en el suelo entre cada golpeo. Ejercicio 2: igual que el ejercicio 1, pero dando dos vueltas corriendo alrededor de la pista. Ejercicio 3: dos jugadores situados de frente en cada uno de los pasillos de dobles realizan el siguiente ejercicio: uno lanza la pelota con la mano intentando desplazar a su compañero v éste, tras el bote, tiene que golpear alternativamente de derecha y de revés hacia las manos del jugador que le ha lanzado la pelota. Ejercicio 4: se deben realizar servicios desde la primera o segunda progresión. **ENTRENAMIENTO DE PELOTEO PARTE PRINCIPAL** Ejercicio 1: en media pista paralela, el profesor, desde la volea. 15' 30' pelotea con el jugador cuatro golpes en forma de aspa. Al finalizar tiene que correr hasta el fondo de la pista y volver. Grupo de tarea asignada: dos jugadores en media pista paralela juegan dentro de los límites marcados, uno lanzando y recogiendo la pelota con la mano y el otro golpeando con la raqueta. El jugador que espera entra a jugar por el jugador que falla. Ejercicio 2: peloteo por parejas en forma de rueda. El profesor pone la pelota en juego y se sitúa en el centro y pegado a la red de la pista y puede participar de volea en el peloteo de los jugadores. Los jugadores que esperan entran a jugar por el jugador que falla. ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR 15' 30' Ejercicio 1: el profesor lanza desde el carro, alternativamente. una pelota larga y una corta a los alumnos que hay en la pista, Δ y éstos golpean hacia los conos. Δ Grupo de tarea asignada: un jugador en un rincón de la pista, y situado a espaldas del vallado del fondo donde golpean los jugadores, lanza con la mano una pelota para que su compañero, tras el bote, la golpee de derecha o de revés dirigiéndola hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: el profesor lanza desde el carro a dos jugadores pelotas largas y cortas alternativamente a la derecha y al revés de cada uno. Los jugadores que están detrás esperando entran por el jugador que falla. **PARTE FINAL JUEGO** 15' 30' Juego 1: el trío. Vencedor 6 puntos. Finalista 3 puntos. Juego 2: gran slam de dobles. Open USA: Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. **TIEMPO TOTAL** 120



EDUC	Α		ENTRENADOR:			FECH	HA:						
TENN	IS.COM	1	GRUPO: 8 AÑOS		TRIMESTRE:	1º	Nº SEM	Al	NA: 11ª	Nº	SESIÓN	l: 1	
			BAJAR: REGLAME			(CON	OCIMIEN	۱T	O DE L	AS	PARTE	S DE L	Α
	SESIÓN	JS BAS	ICOS DE LA PUNT					T		<u> </u>	ÁFICOS		
SESIÓN	SESIÓN	CALEN	NTAMIENTO	OLLO DE	LA SESIÓN					GR	ÁFICOS	<u> </u>	
1 HORA	2 HORAS		io 1: el profesor cor	re despac	cio delante de l	os alu	mnos v	E J	4		\mathcal{T}		}
PARTE			n el siguiente recor					R					,
15'	30'		por el pasillo de dol					C I				-	•
			a red y los diferente					1	IJ ,▼				
			por una parte impo ión del área de jueg			nesoi	ехрііса		<u> </u>				
			io 2: igual que el e			hora	son los	E					
			os los que tienen d	que explic	ar la función	del á	rea por	E R C	0	•			
		donde	pasan. <mark>io 3:</mark> práctica, en m	odia niete	noralala da l	00 00	rton dol	C				\downarrow	
			amiento antes de i					2		0	-		
			de fondo contra							ļ.			
		servicio											
PARTE P	RINCIPAL		ENAMIENTO DE PE io 1: en media pista		al profesor de	ocdo Ir	a volca	E					
15'	30'		a con el jugador c					E R C		4			
			r tiene que correr h					I C I		, `_			
			de tarea asignad					1		\leftarrow	→ •		
			a realizan un pelot jugar por el jugado			r que	espera				7		
			io 2: peloteo por pa			a. El p	rofesor	_	— —		J		
		pone la	a pelota en juego, s	e sitúa en	el centro y pe	gado	a la red	J E R					
			oista y puede parti					C C			•		
			res. Los jugadores r que falla.	que esp	eran entran a	jugar	por ei	0	11			-	•
		Juguar	4					2		•			
		COMP	ETICIONES										
15'	30'		io 1: se forman tre	es equipos	s (rojo, verde	y azu	ıl) y se	E		$\overline{}$)		ı
		juega ι	un set de la siguien	te manera	a: en pista indi	vidual	(desde	E R C	4	<u> </u>			
			ında progresión) co					C		F		┤ 	
			uipos juegan en co spera arbitra. Al fir					1					ı
			ugando y se enfren										
			perdido pasa a a										
		hasta d el arbit	que un equipo logre	anotarse	el set. El profe	sor ay	/uda en						
			dor	6 pu	ntos.								
		Vence	dor	6 pu	ntos.								
			ta	•									
PARTE	FINAL	JUEGO	ta D	3 pur	ilos.								
15'	30'		1: gran slam de indi	ividual.				J					
		Open l						U E G		ļ			
			dor ta					1	19			4. 9	
			de Australia:	5 p	unios.					V			
		Vence	dor										
			a		ntos.			J U E		(
		Open U	<mark>2:</mark> gran slam de dob JSA [.]	nes.				G O					
			dor	6 pu	ntos.			2					
			dor										
TIEMPO	TOTAL												
60'	120'												



EDUC	Α		ENTRENADOR:		FECH	IA:				-
TENN	IS.COM	1	GRUPO: 8 AÑOS	TRIMESTRE:	: 1º	N° SEM	AN/	4 : 12 ^a	Nº SESIÓI	N: 1
CONTENI	DOC DADA	TDAD	A LAD. DEGLAMENTO DE	DOD! FO (CO)	LOCUM	IENTO D		40 D4	DTEC DE	LA DIOTA
			AJAR: REGLAMENTO DE DE LA PUNTUACIÓN)	DORLES (COM	NOCIM	IENTO D	EL	.A5 PA	KIES DE	LA PISTA
	SESIÓN		DESARROLLO D	E LA SESIÓN					GRÁFICOS	3
SESIÓN 1 HORA	SESIÓN 2 HORAS		NTAMIENTO			E	•	ļ		
	INICIAL		io 1: el profesor corre despa n el siguiente recorrido: sale							$\overline{\gamma}$
15'	30'		por el pasillo de dobles, la lí							
		pista, la	a red y los diferentes cuadro	os de servicio. (Cada v	ez que				
			por una parte importante de n del área de juego descrita.	la pista el profe	esor ex	plica la	V	and the second s	***************************************	
			io 2: igual que el ejercicio	anterior, pero a	ahora s	son los				
		alumno	os los que tienen que expl					0 4	1	
		donde	•	ra paralala da l	oo nor	too dol				\bot
			io 3: práctica en media pist amiento antes de una compe						\bigcirc \longleftarrow	
		fondo,	peloteo de fondo contra							
PARTE P	DINCIDAL	servicio	os. Enamiento de Peloteo							
			io 1: dos equipos de tres		an un	set de				
15'	30'	dobles	de la siguiente manera: el	profesor, desde	un fo	ndo de				
			a, pone la pelota en juego n un peloteo de fondo. Se pi					4		
			y el profesor sirve cada <i>gan</i>							
		cambic	os de campo se realizan cor	no en un set co	onvend			-		
			dor que espera entra cuando <mark>io 2:</mark> igual que el ejercicio a			sólo en				
			a de individuales y golpear				(—	
		forma o	de rueda (un golpeo cada ju	gador).		1	_ •	4 ▶		
						2				
		COMP	ETICIONEC							
15'	30'		ETICIONES io 1: se forman tres equipe	os (roio, verde	v azu	I) v se				
		juega	un set de dobles de la s	siguiente mane	ra: de	sde la				
			da progresión dos equipos ju							
			, mientras el equipo que e el equipo que gana sigue jug				•			
		que es	staba arbitrando, el que ha	perdido pasa	a arbit	rar. Se				
			así sucesivamente hasta que profesor ayuda en el arbitraj		re anot	tarse el				
			dor 6 p							
		Venced	dor 6 p	untos.						
			ta3 pu ta3 pu							
PARTE	FINAL	JUEGO		nios.						
15'	30'		1: el sube y baja de dobles.			ب				
			dor 6 p dor 6 p			E			0	
			2: gran slam de dobles.	unios.		1				
		Open L	JSĀ:							'
			dor 6 p dor 6 p			J		<u> </u>		
		venced	νοι ο ρ	unios.		E				
						2				
TIEMDO	TOTAL									
60'	120'									

ETAPA 8 AÑOS

TEMPORADA

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN **«2º TRIMESTRE»**

1- OBJETIVOS TÉCNICO-TÁCTICOS:

Para entrenar de la 1ª a la 4ª semana.

Fijar, desde la segunda o tercera progresión*, los conceptos técnicos básicos relativos a los siguientes golpes planos:

- Golpe plano de derecha.
- Golpe plano de revés.
- Golpe de derecha y de revés con "cambio de empuñadura".

Potenciar la práctica del juego atendiendo a los siguientes conceptos:

- El control en la fuerza del golpe.
- La percepción del vuelo y el posterior bote de la pelota (colocación según el bote de la pelota).

Trabajar los aspectos coordinativos generales fomentando el golpeo previo al desplazamiento.

A entrenar de la 5^a a la 8^a semana.

Fijar, desde la segunda o tercera progresión*, los conceptos técnicos básicos relativos al siguiente golpe plano:

Servicio por arriba.

Fijar los conceptos técnicos básicos relativos a los siguientes golpes planos:

- Volea de derecha.
- Volea de revés.

Practicar las siguientes combinaciones referentes a los golpes planos aprendidos:

- Servicio por arriba ----- golpe de derecha.
- Servicio por arriba ----- golpe de revés.
- Golpe de derecha ----- volea de derecha o de revés. Golpe de revés ----- volea de derecha o de revés.

Potenciar la práctica del juego atendiendo a los siguientes conceptos:

- El control en la fuerza, dirección y trayectoria del golpe.
- La percepción del vuelo y el bote de la pelota (colocación según el bote de la pelota).

Trabajar los aspectos físicos coordinativos generales fomentando el golpeo previo al desplazamiento.

A entrenar de la 9^a a la 12^a semana.

Practicar, desde segunda o tercera progresión*, los siguientes conceptos básicos relativos a los desplazamientos en el golpe plano de derecha y de revés:

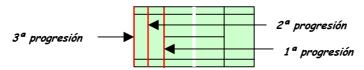
- Recuperación del punto de partida.
- Lateral (diagonal), hacia delante y hacia atrás (movimientos en aspa).

Potenciar la práctica del juego atendiendo a los siguientes conceptos:

- El control en la fuerza, dirección y trayectoria del golpe.
- La percepción del vuelo y el bote de la pelota (colocación en base al bote de la pelota).
- El mantenimiento del peloteo sin fallar.

Repasar, de forma global, los contenidos trabajados hasta el momento.

En este segundo trimestre el objetivo es que el alumno fije su juego desde la segunda progresión y avance hacia la tercera.



^{*} Progresión: el concepto de «progresión» hace referencia a las tres zonas de aprendizaje de la pista. A medida que el alumno vaya asumiendo los diferentes contenidos desde la primera de ellas, irá aumentando la distancia de juego hacia la segunda, y así hasta que llegue a jugar desde el fondo de la pista.

2- TEMPORIZACIÓN Y DESARROLLO CONCEPTUAL DE LOS CONTENIDOS QUE SE HAN DE TRABAJAR:

1ª semana

GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de derecha (desde la segunda o tercera progresión).

Concepto: golpe desde la segunda o tercera progresión con impacto de la pelota hacia delante y con apoyo cruzado.

Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha.
- Preparación del golpe: de atrás hacia delante con balanceo o en semirotación.
- Punto de impacto: entre el hombro y la cadera.
- Finalización: recogiendo la raqueta con la mano izquierda.

DERECHA PLANA



Trayectoria del golpe: parabólica. Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la segunda o tercera

progresión).

Acción de aprendizaje: fijación, global y en movimiento, de la técnica aprendida.

EDUCA TENNIS.COM **GRUPO: 8 AÑOS** TRIMESTRE: 2° Nº SEMANA: 1a Nº SESIÓN: 1 CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (EL GOLPE DE DERECHA DESDE LA SEGUNDA O TERCERA PROGRESIÓN) TIEMPO SESIÓN **DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN **CALENTAMIENTO** 2 HORAS 1 HORA Ejercicio 1: con empuñadura de derecha, se debe botar la **PARTE INICIAL** pelota repetidas veces contra el suelo. 15' 30' Ejercicio 2: igual que el ejercicio 1, pero dando dos vueltas corriendo alrededor de la pista. Ejercicio 3: desde la segunda o tercera progresión, se deben realizar 5 servicios de derecha dirigidos hacia la primera línea Ejercicio 4: igual que el ejercicio 3, pero dirigidos hacia la segunda línea de conos. Ejercicio 5: dos jugadores situados de frente en cada lado de la red realizan el siguiente ejercicio: uno lanza la pelota con la mano intentando que bote dentro de un aro y el otro, tras el bote, tiene que impactar la pelota entre cintura y hombro de derecha hacia las manos del jugador que le ha lanzado la Ejercicio 6: se deben realizar servicios desde la segunda o tercera progresión. **ENTRENAMIENTO DE PELOTEO PARTE PRINCIPAL** Ejercicio 1: peloteo en forma de trío —modificado— (la pareja 15' 30' sólo puede golpear de derecha). El profesor pone la pelota en juego, se sitúa muy cerca de la red (por la parte del jugador que va solo) y puede participar en el peloteo de los jugadores mediante voleas hacia un lado u otro de la red. Al finalizar dos peloteos los jugadores en posición de espera (rojos) entran a jugar y los que jugaban (blancos) pasan a esperar. Ejercicio 2: peloteo en forma de dobles —modificado— (sólo se puede golpear de derecha). El profesor pone la pelota en juego, se sitúa pegado a la red y puede participar en el peloteo de los jugadores mediante voleas hacia un lado v otro de la red. Los jugadores que esperan entran a jugar al fallo de un jugador. 30' 15' ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR Ejercicio 1: el profesor lanza desde el carro tres pelotas a cada uno de los alumnos que hay en la pista y éstos golpean de derecha en dirección a los conos. Grupo de tarea asignada: un jugador en un rincón de la pista, y situado a espaldas del vallado del fondo donde golpean los jugadores, lanza con la mano una pelota para que su compañero, tras el bote, la golpee de derecha entre cintura y hombro dirigiéndola hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora saliendo desde la otra punta de la pista. **PARTE FINAL** JUEGO 30' Juego 1: gran slam de dobles —modificado— (sólo se puede 15' golpear de derecha). Open USA: Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Roland Garros: Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Juego 2: la rueda. Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. **TIEMPO TOTAL** 60' 120'

FECHA:

ENTRENADOR:

GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de revés (desde la segunda o tercera progresión).

Concepto: golpe a dos manos desde la segunda o tercera progresión con impacto de la pelota plano, hacia delante y con apoyo cruzado. Técnica básica:

- Empuñadura: este con la mano derecha e izquierda.
- Preparación del golpe: de atrás hacia delante con balanceo o en semirotación.
- Punto de impacto: entre el hombro y la cadera.
- Finalización: estirando el brazo izquierdo.

REVÉS PLANO A DOS MANOS



REVÉS PLANO A UNA MANO



Trayectoria del golpe: parabólica. Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la segunda o tercera

progresión).

Acción de aprendizaje: fijación, global y en movimiento, de la técnica aprendida.

EDUC	A		ENTRENADOR:		FECH	IA:						
TENN	S.CON	/	GRUPO: 8 AÑOS	TRIMESTRE	2º	N° SEM	IA	NA: 2ª	Nº SE	SIÓN:	1	
		A TRAB	AJAR: GOLPES BÁSICOS (EL GOLPE DI	E REV	ÉS DES	DE	LA SE	GUND/	A O TE	RCER	A
PROGRES TIEMPO			DESARROLLO DE	I Δ SESIÓN					GRÁF	icos		
SESIÓN	SESIÓN	CALEN	NTAMIENTO	LA OLOION					OIVAI	1000		4
1 HORA	2 HORAS	Ejercic	<mark>io 1:</mark> jugando solo y sujetan	do la raqueta	con la	mano	F					_
PARTE			da con empuñadura de reve	és, se debe b	otar la	pelota	J	Θ	\triangleright			\supset
15'	30'		as veces contra el suelo.				C		\wedge			\supseteq
			io 2: igual que el ejercicio	1, pero dando	dos	vueltas	0	$\overline{\triangle}$	$\overline{\triangle}$			\preceq
			do alrededor de la pista. io 3: desde la segunda o te	reora progresi	án co	dobon	3					J
			r 5 servicios de revés dirigid				Y 4					
		conos.	3 361 VICIOS de Teves dirigid	os nacia la prii	ncia ii	nea de						
			io 4: igual que el ejercicio	3, pero dirigi	idos h	acia la	E J				$\overline{}$	
		segund	da línea de conos.				R					
			io 5: dos jugadores situados				C		0		\otimes	
			alizan el siguiente ejercicio:				5					
			intentando que bote dentro ene que impactar la pelota o						-04		$ \nabla$	
			és hacia las manos del jug					•			J	
		pelota.		addi quo io i	ia iaiiz	auo iu						
		•	io 6: se deben realizar ser	vicios desde l	a segi	unda o						
			progresión.									
PARTE PI	RINCIPAL		ENAMIENTO DE PELOTEO		- /1-		Ę					
15'	30'		<mark>io 1:</mark> peloteo en forma de trí uede golpear de revés). El				E R					
			y se sitúa muy cerca de la r				C	\mathcal{A}				Š
			solo) y puede participar en				0				ightharpoonup	_
			nte voleas hacia un lado u ot				1	4				
			os los jugadores en posición			ntran a	E					
			los que jugaban (blancos) pa				J E R					`
			io 2: peloteo en forma de dob				C C	Y			→) •
			golpear de revés). El profes a pegado a la red y puede pa				0				لے	
			res mediante voleas hacia u				2	4			$\overline{}$)
			res que esperan entran a jug									_
15'	30'	ENTRE	NAMIENTO DE «CARRO»	CON PROFES	OR							
10	00	•	io 1: el profesor lanza desde				J	Δ		ļ		\sim
			e los alumnos que hay en la	a pista y ésto	s golp	ean de	C I				1	J
			en dirección hacia los conos. de tarea asignada: un jugado	or en un rincón	دا مه	nieta v	0					
			o a espaldas del vallado de				1	$\triangle \blacktriangleleft$			=	\supset
			res, lanza con la mano				Y 2					
			ñero, tras el bote, la golpee d			ira y el						
			o dirigiéndola hacia las mano									
			io 2: igual que el ejercicio a	nterior, pero al	hora s	aliendo						
		aesae	la otra punta de la pista.									
PARTE		JUEGO					İ					
15'	30'		1: gran slam de dobles -m	nodificado— (s	ólo se	puede	J U E					l
			r de revés).				Ğ	\				
		Open U	JSA: dor 6 pu	intos			1					
			dor 6 pu					\bigcirc	V			
			l Garros:				UE					ı

TIEMPO TOTAL0' 120'

GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de derecha y de revés (desde la segunda o tercera progresión). «Práctica del cambio de empuñadura en el paso de un golpe al otro.»

Concepto: paso de la empuñadura este del golpe de derecha a la empuñadura del golpe de revés.

CAMBIO DE LA EMPUÑADURA DE DERECHA A LA DE REVÉS (UNA MANO)



CAMBIO DE LA EMPUÑADURA DE DERECHA A LA DE REVÉS (DOS MANOS)



Trayectoria del golpe: parabólica.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la segunda o tercera progresión).

Acción de aprendizaje: golpe con mínimo desplazamiento de aproximación a la pelota.

EDUC	A		ENTRENADOR:		FECH	IA:		
TENN	IS.COM	1	GRUPO: 8 AÑOS	TRIMESTRE:	2º	N° SEM	ANA: 3ª	Nº SESIÓN: 1
			AJAR: GOLPES BÁSICOS		AYD	E REVÉ	S (PRÁC	ICA EN EL CAMBIO
TIEMPO		EN EL P	ASO DE UN GOLPE A OTRO DESARROLLO DE					GRÁFICOS
SESIÓN	SESIÓN	CALEN	TAMIENTO	LA SESIUN				GRAFICUS
1 HORA	2 HORAS		io 1: jugando solo, se de	ebe golpear	hacia	arriba	A) V	
PARTE			as veces y alternativamente ເ					
15'	30'		cuerdas (derecha) y otra co	on la parte ex	kterna	de las		
			s (revés a dos manos). io 2: igual que el ejercicio	1 nero dando	o dos	vueltas		
			do alrededor de la pista.	i, pero dando	, uos	vucitas	3 ▼	
		Ejercici	o 3: dos jugadores situados				E	
			ia, y uno jugando con la raqu				E R	
			[,] lanzándole la pelota con la o: el jugador que lanza la pel				c	0
		forma	que el otro jugador golpee	8 pelotas co	n un	mínimo	0 4	0
		desplaz	zamiento alternando golpes d					
			lado de la pista.					
			io 4: se deben realizar serv progresión.	icios desde la	a seg	unda o		
		lercera	progresion.					
PARTE PI	RINCIPAL		NAMIENTO DE PELOTEO				F	
15'	30'		io 1: peloteo en forma de				J E R	
			r). El profesor pone la pelo de la red (por la parte del juo					
			ar en el peloteo de los jugad				6 MO	40
			u otro de la red. El jugador				1	
			uno de sus compañeros.				E	
			io 2: igual que el ejercicio se enfrenta a un jugador				E E	
			n entran a jugar al fallo de un					
			, 0	·				• •••
								'
45)	001	ENTRE	NAMIENTO DE «CARRO» (ON PROFES	OR			
15'	30'		io 1: el profesor lanza, desde			cuatro	E J E	
			res de la siguiente manera				R C	90
			en dos filas de dos jugadore I profesor les lanza pelotas a					
			as golpeen alternativamer				1	
		interca	mbiándose la raqueta tras ca	da golpeo.			2	
			io 2: igual que el ejercicio an					
			a golpe, el jugador ha de du le el otro jugador la recoja y r					
		para qu	ic ci olio jugadoi la recoja y i	Cpita la mismo	accio	11.		
PARTE	FINAL	JUEGO	<u> </u>					
15'	30'	4	1: gran slam de dobles —	-modificado-	cada	pareja	J	
		juega d	con una sola raqueta (despue				E G	
			e la raqueta).				1	
		Open U	JSA: dor 6 pu	ntoe				
			dor 6 pu				U E	
		Roland	Garros:				0	
			dor 6 pu				2	
			dor 6 pul <mark>2:</mark> gran slam de individual.	ntos.			Ρ	
			z. gran siam de mulvidual. dor 6 pu	ntos.				
TIEMDO	TOTAL	Venced	dor 6 pu	ntos.				
60'	120'	Venced	dor 6 pu	ntos.				

GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de derecha y de revés (desde la segunda o tercera progresión). «Práctica del cambio de empuñadura en el paso de un golpe al otro.»

Concepto: paso de la empuñadura de revés a la empuñadura este del golpe de derecha.

CAMBIO DE LA EMPUÑADURA DE REVÉS (UNA MANO) A LA DE DERECHA



CAMBIO DE LA EMPUÑADURA DE REVÉS (DOS MANOS) A LA DE DERECHA



Trayectoria del golpe: parabólica. Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la segunda o tercera

progresión).

Acción de aprendizaje: golpe previo desplazamiento de aproximación atendiendo al vuelo y al bote de la pelota.

EDUCA			ENTRENADOR:			FECHA:				
TENNIS.COM		1	GRUPO: 8 AÑOS	TRIMESTRE	: 2 º	Nº SEM	ANA: 4	4ª Nº SESIO	ÓΝ: 1	_
			AJAR: GOLPES BÁSICOS ASO DE UN GOLPE A OTR		AYD	E REVÉS	(PRÁ	CTICA EN E	L CAMBIC)
TIEMPO			DESARROLLO DE					GRÁFIC	os	
SESIÓN	SESIÓN	CALEN	NTAMIENTO					0		_
1 HORA	2 HORAS		io 1: jugando solo, se d				A O-			
PARTE			as veces, y alternativamen					\otimes		
15'	30'		de las cuerdas (derecha) y o	otra con la par	rte exte	erna de	 ♥ Q_	—		
			rdas (revés a dos manos)	4		14		Va		
			io 2: igual que el ejercicio do alrededor de la pista.	1, pero dando	o dos	vueitas				
			io 3: dos jugadores situados	de frente la d	los me	tros de	V			
			ia, y uno jugando con la raqu							
		suelo y	lanzándole la pelota con la	mano, realiza	n el si	guiente)
			o: el jugador que lanza la pel					-		Ś
			que el otro jugador golpee 8 ¡ ndo golpes de derecha y de							Ć
		la pista		Teves Hacia e	1 0110 1	ado de			(\supset
			i <mark>o 4:</mark> se deben realizar serv	vicios desde l	la segi	unda o				
			progresión.		Ū					
A DTE D	DIMOIDAL	ENTRE	NAMENTO DE DEL OTEO							
	RINCIPAL		ENAMIENTO DE PELOTEO io 1: en media pista paralela	el profesor d	asda l	a volea				
15'	30'		con el jugador cuatro gol					◀——	→	
			r tiene que correr hasta el for					. 4	_	
			de tarea asignada: dos j					X		
			a juegan dentro de los limites							_
			endo la pelota con la mano y a. El jugador que espera entr							Ó
		falla.	a. El jugudol que espera ella	a a jagar por c	Ji juguc	Joi que				\
			io 2: rey en media pista p	aralela —mo	dificad	o— (el		•		,
		profeso	or pone la pelota en juego).			2		-	→)
										_
15'	30'		io 1: el profesor lanza desde				_			
			cha y al revés al alumno que							
			poniendo la atención en el de un golpe a otro.	cambio de ei	mpuna	dura al			<u> </u>)
			de tarea asignada: un jugado	or en un rincón	de la	pista. v				_
			a espaldas del vallado de							
			res, lanza con la mano							
			ñero, tras el bote, la golpe		a o de	revés			→	
			idola hacia las manos del lan: io 2: el profesor lanza desd		loe iuo	adores			-	
			laterales alternativamente a							_
			res que están detrás espera							
		que fall								
PARTE 15'	FINAL 30'	JUEGO								
i S	30		1: el desguace. 2: dos contra uno.			i i				
		Juogo								
								V		

TIEMPO TOTAL 120'

60'

GOLPES BÁSICOS: técnica del servicio plano por arriba (desde la segunda o tercera progresión).

Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha.
- Posición de los pies: la punta del pie delantero orientada al palo derecho de la red y el pie trasero paralelo a la línea de fondo.
- Elevación de la pelota.
- Posición: el codo a la altura del hombro.
- Impacto: parabólico.
- Finalización: cruzando el brazo izquierdo por debajo del brazo derecho.

EL SERVICIO PLANO



Dirección: cruzada. Trayectoria: parabólica.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la segunda o tercera

progresión).

Acción de aprendizaje: realizar el movimiento completo incidiendo en la coordinación

de los brazos.

Combinación de acciones: servicio por arriba y golpe plano de derecha o de revés.

Ejercicio 3 (ficha 5) de la parte inicial:



ENTRENADOR: FECHA: EDUCA TENNIS.COM **GRUPO: 8 AÑOS** TRIMESTRE: 2° Nº SEMANA: 5ª Nº SESIÓN: 1 CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (EL SERVICIO PLANO) TIEMPO SESIÓN **DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN CALENTAMIENTO 1 HORA 2 HORAS Ejercicio 1: con empuñadura continental (martillo), se debe golpear **PARTE INICIAL** repetidas veces la pelota contra el suelo con el canto inferior de la cabeza de la raqueta. 15' 30' Ejercicio 2: con los pies en la posición correcta del servicio y sin raqueta, se debe realizar el movimiento completo del servicio lanzándose la pelota con la mano izquierda y, en el momento del impacto, se ha de recoger con la mano derecha. Ejercicio 3: desde el fondo o tres cuartos de pista y con empuñadura este de derecha, se debe realizar el movimiento completo del saque hasta parar el golpe en el punto de impacto. Ejercicio 4: desde el fondo de la pista, se deben realizar servicios **ENTRENAMIENTO DE PELOTEO Y PUNTOS PARTE PRINCIPAL** Ejercicio 1: en media pista paralela, el profesor, desde la volea, 15' 30' pelotea con dos alumnos (cuatro golpes de fondo cada jugador) enviándoles bolas largas y cortas. El jugador que espera entra a jugar al fallo de su compañero. Grupo de tarea asignada: tres jugadores, por turnos, realizan el ejercicio de la siguiente manera: un jugador en media pista paralela, y desde tres cuartos de pista del pasillo de dobles, realiza servicios completos hacia el cuadrado de saque para que un jugador le reste el servicio dirigiéndolo hacia el cono y, tras el bote, el jugador que espera pare la pelota v con ésta pueda iniciar él mismo su turno de servicio. Ejercicio 2: rey en media pista paralela --modificado-- (el profesor pone la pelota en juego). Vencedores 15' 30' Finalistas **ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR** Ejercicio 1: se deben realizar servicios de la siguiente manera: el jugador que introduce la pelota desde el cono rojo pasa al cono amarillo, el que introduce la pelota desde el cono amarillo pasa al cono verde y se sigue sirviendo desde esta posición hasta cometer un fallo. Cuando se falla el servicio se vuelve a la posición inicial. Los servicios que se ejecuten desde dentro del pasillo de dobles tienen que ser dirigidos hacia el cuadro de servicio más próximo al jugador. Ejercicio 2: la vuelta al mundo. Medio grupo empieza por los conos rojos y el otro medio grupo por los conos amarillos. Se empieza por los conos más cercanos a la red y al introducir el servicio se pasa al siguiente cono más alejado. En caso de fallo se vuelve al cono inicial. Una vez se consigue llegar al final de los conos rojos se pasa a los conos amarillos v viceversa. JUEGO **PARTE FINA** Juego 1: copa Davis. 15' 30' Primera ronda: los números 1 contra los números 2 y 3 (juegan golpeando en forma de rueda o el que falla sale y entra el que espera). Segunda ronda: el número 2 contra el número 2 y el 3 contra el 3 (los numeros 1 arbitran). Tercera ronda: el número 1 contra el 1 y los números 2 y 3 contra los 2 y 3 (jugando en forma de rueda o el que falla sale y entra el que espera). Cuarta ronda: un doble jugando ambos equipos con tres jugadores, pero el jugador que falla o le ganan el punto es sustituido por el que espera. Vencedores **TIEMPO TOTAL** Finalistas

60'

120'

6^a semana

GOLPES BÁSICOS: técnica del servicio plano por arriba (desde la segunda o tercera progresión).

Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha.
- Preparación.
- Posición de los pies: la punta del pie delantero orientada al palo derecho de la red y el pie trasero paralelo a la línea de fondo.
- Apertura y elevación de la pelota.
- Posición: el codo a la altura del hombro e impacto.
- Impacto: parabólico.
- Finalización: cruzando el brazo izquierdo por debajo del brazo derecho.

EL SERVICIO PLANO



Dirección: cruzada. Trayectoria: alta.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la segunda o tercera

progresión).

Acción de aprendizaje: se debe realizar el movimiento completo.

Combinación de acciones: servicio por arriba y golpe plano de derecha o de revés.

Ejercicio 1 (ficha 6) de la parte inicial:



ENTRENADOR: FECHA: **EDUCA** TENNIS.COM TRIMESTRE: 2º **GRUPO: 8 AÑOS** Nº SEMANA: 6ª Nº SESIÓN: 1 CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (EL SERVICIO PLANO) TIEMPO SESIÓN **DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN **CALENTAMIENTO** 1 HORA 2 HORAS Ejercicio 1: con empuñadura continental (martillo), se debe PARTE INICIAL golpear repetidas veces la pelota contra el suelo con el canto 15' inferior de la cabeza de la raqueta. Ejercicio 2: con los pies en la posición correcta del servicio y sin raqueta, se debe realizar el movimiento completo del servicio lanzándose la pelota con la mano izquierda y, en el momento del impacto, recogiéndola con la mano derecha. Ejercicio 3: igual que el ejercicio anterior, pero sin mover los pies. Ejercicio 4: desde el fondo o tres cuartos de pista y con empuñadura este de derecha, se debe realizar el movimiento completo del sague hasta parar el golpe en el punto de impacto. Ejercicio 5: desde el fondo de la pista, se deben realizar servicios completos. PARTE PRINCIPAL ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR Ejercicio 1: se deben realizar servicios de la siguiente manera: 15' 30' el jugador que introduce la pelota desde el cono rojo pasa al cono amarillo, el que introduce la pelota desde el cono amarillo pasa al cono verde y se sigue sirviendo desde esta posición hasta cometer un fallo. Cuando se falla el servicio, se vuelve a la posición inicial. Los servicios que se ejecuten desde dentro del pasillo de dobles tienen que ser dirigidos hacia el cuadro de servicio más próximo al jugador. Ejercicio 2: la vuelta al mundo. Medio grupo empieza por los conos rojos y el otro medio grupo por los conos amarillos. Se empieza por los conos más cercanos a la red y, al introducir el servicio, se pasa al siguiente cono más alejado. En caso de fallo se vuelve al cono inicial. Una vez se consigue llegar al 30' final de los conos rojos se pasa a los conos amarillos y viceversa. 15' **ENTRENAMIENTO DE PUNTOS** Ejercicio 1: el rey —modificado— (cuatro jugadores al servicio, uno sirviendo y jugando y tres esperando, y dos jugadores al resto, uno restando y jugando y uno esperando). Los jugadores al resto se intercambian la posición al finalizar cada punto. Vencedor Finalista Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora jugando en forma de dobles. Vencedores Finalistas **PARTE FINAL JUEGO** 30 Juego 1: partido a un set de dobles —modificado— (el jugador que espera entra a jugar por el jugador que falla o por el que le han ganado el punto). **TIEMPO TOTAL** 120

7^a semana

GOLPES BÁSICOS: técnica de la volea de derecha y de revés.

Concepto: golpe plano sin bote de trayectoria descendente. Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha (volea de derecha) y este de derecha y de revés (volea de revés a dos manos).
- Posición de los pies y cuerpo: apoyo cruzado y posición del cuerpo perfilado a la red.
- Preparación del golpe: alta y recortada.
- Punto de impacto: delante del cuerpo.
- Finalización: recortada.

EMPUÑADURA DE VOLEA



VOLEA DE DERECHA



VOLEA DE REVÉS (DOS MANOS)



VOLEA DE REVES (UNA MANO)



Dirección: paralela y cruzada. Trayectoria: descendente.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la segunda o tercera

progresión).

Acción de aprendizaje: golpeo de volea en posición estática.

Combinación de acciones: golpe plano de derecha o de revés y volea de derecha o de revés.

Ejercicio 1 (ficha 7) de la parte inicial:







ENTRENADOR: FECHA: **EDUCA** TENNIS.COM GRUPO: 8 AÑOS TRIMESTRE: 2° Nº SEMANA: 7a Nº SESIÓN: 1 CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (LA VOLEA DE DERECHA Y DE REVÉS) TIEMPO SESIÓN **DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN CALENTAMIENTO 1 HORA 2 HORAS Ejercicio 1: jugando solo, se debe golpear la pelota hacia arriba PARTE INICIAL alternativamente de derecha y de revés. 15' 30' Ejercicio 2: igual que el ejercicio 1, pero dando dos vueltas corriendo alrededor de la pista. Ejercicio 3: dos jugadores situados de frente, con la red entre medio y a tres metros de distancia, realizan el siguiente ejercicio: uno lanza la pelota con la mano y el otro tiene que golpear una volea de derecha hacia los conos y, posteriormente, otra de revés. Al finalizar, el jugador tiene que volver al punto de partida y dar paso a su compañero para que realice el ejercicio. Ejercicio 4: se deben realizar servicios. **ENTRENAMIENTO DE PELOTEO** PARTE PRINCIPAL Eiercicio 1: el profesor, desde la volea, mantiene con un 15' 30' jugador un peloteo de la siguiente manera: tres golpes de fondo, una subida a la red, una volea de derecha y una de revés. Grupo de tarea asignada: a tres metros de distancia, un jugador lanza la pelota con la mano y su compañero golpea alternativamente una volea de derecha y una de revés hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: el profesor, desde la volea, mantiene con dos jugadores un peloteo de volea a volea. A los tres fallos entra la pareja que espera. \otimes ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR 15' 30' Ejercicio 1: el profesor lanza desde el carro pelotas para que el jugador realice un golpeo de aproximación a la red, una volea de derecha y otra de revés. Grupo de tarea asignada: a tres metros de distancia, un jugador lanza la pelota con la mano para que su compañero golpee alternativamente una volea de derecha y una de revés hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: el profesor lanza desde el carro pelotas para que dos jugadores realicen una volea de derecha v otra de revés. La pareja que espera se intercambia la posición con los que juegan cada dos voleas. PARTE FINAL JUEGO 15' 30' Juego 2: el winner. Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Juego 2: el sube y baja. Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. TIEMPO TOTAL 60' 120'

8^a semana

GOLPES BÁSICOS: técnica de la volea de derecha y de revés.

Concepto: golpe plano sin bote de trayectoria descendente. Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha o este de revés a dos manos.
- Posición de los pies y cuerpo: apoyo cruzado y posición del cuerpo perfilado a la red.
- Preparación del golpe: alta y recortada.
- Punto de impacto: delante del cuerpo.
- Finalización: recortada.

VOLEA DE DERECHA



VOLEA DE REVÉS (DOS MANOS)

VOLEA DE REVES (UNA MANO)





Dirección: paralela y cruzada. Trayectoria: descendente.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la segunda o tercera

progresión).

Desplazamiento: vertical.

Acción de aprendizaje: golpeos de volea previo desplazamiento de aproximación a la

pelota.

Combinación de acciones: golpe plano de derecha o de revés y volea de derecha o de revés.

ENTRENADOR: FECHA: EDUCA TENNIS.COM **GRUPO: 8 AÑOS** Nº SEMANA: 8a TRIMESTRE: 2° Nº SESIÓN: 1 CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (LA VOLEA DE DERECHA Y DE REVÉS CON **DESPLAZAMIENTO)** TIEMPO SESIÓN **DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN **CALENTAMIENTO** 1 HORA 2 HORAS Ejercicio 1: jugando solo, se debe golpear la pelota hacia arriba **PARTE INICIAL** alternativamente de derecha y de revés. 15' 30' Ejercicio 2: igual que el ejercicio 1, pero dando dos vueltas corriendo alrededor de la pista. Ejercicio 3: cuatro jugadores desde la línea de fondo cogen desde el suelo pelotas y las lanzan con la mano (tiro de piedra) hacia dos jugadores situados en la red. Éstos las tienen que volear e intentar introducir en el cuadro de servicio. Ejercicio 4: se deben realizar servicios. PARTE PRINCIPAL **ENTRENAMIENTO DE PELOTEO** \bigotimes Ejercicio 1: el profesor, desde la volea, mantiene con un 15' 30' jugador un peloteo de la siguiente manera: tres golpes de fondo, una subida a la red, una volea de derecha una de revés y un remate (al hueco). Grupo de tarea asignada: a tres metros de distancia, un jugador lanza la pelota con la mano y su compañero golpea alternativamente una volea de derecha y una de revés hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: el profesor, desde la volea, mantiene con dos jugadores un peloteo de volea a volea. A los tres fallos, entra la pareja que espera. \bigotimes ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR 15' 30' Ejercicio 1: el profesor lanza, desde el carro, pelotas para que el jugador realice una volea de derecha (a la altura del cono rojo) y otra de revés (a la altura del cono verde). Después de la volea de derecha hay que recuperar el punto de partida. Grupo de tarea asignada: a tres metros de distancia, un jugador lanza la pelota con la mano para que su compañero golpee alternativamente una volea de derecha y una de revés hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero finalizando con un remate. **PARTE FINAL JUEGO** 15' 30' Juego 2: el winner. Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Juego 2: el sube y baja. Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. **TIEMPO TOTAL** 60'

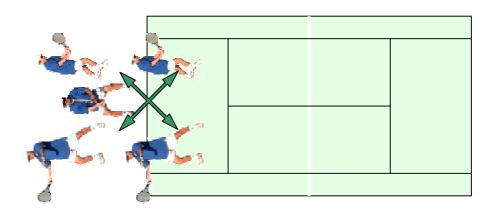
9^a- 10^a semana

GOLPES BÁSICOS: desplazamientos en el golpe plano de derecha y de revés. Desplazamientos:

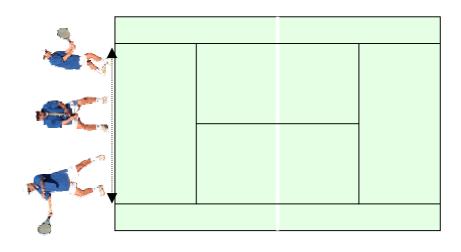
- Recuperación del punto de partida.
- Lateral (diagonal), hacia delante y hacia atrás (movimientos en aspa).

Acción de aprendizaje: carrera dirigida con parada previa al golpeo.

DESPLAZAMIENTO EN ASPA



DESPLAZAMIENTO LATERAL



EDUC	A		ENTREN	IADOR:					FECI	HA:						
TENNI	IS.COM	1	GRUPO:	8 AÑOS		TRIM	MEST	RE:	2º	Nº S	SEMA	ANA	: 9ª	Nº S	ESIÓN: 1	
	DOS PAR		BAJAR:	GOLPES	BÁSIC	os	(EL	GOI	LPE	DE	DER	RECH	IA Y	/ DE	REVÉS	CON
TIEMPO				DESARRO	LLO DE	LAS	SESIÓ	Ń						GRÁI	FICOS	
SESIÓN	SESIÓN	CALEN	NTAMIEN ²													
1 HORA	2 HORAS			ndo solo, s									\otimes	,	\otimes	
PARTE				ha y de re							cia 🔓		4/\		4/ \	
15'	30'	Ejercici corrien Ejercici	io 2: igua do alredec io 3: dos	otar la pelot I que el ej dor de la pis jugadores :	ercicio sta. situados	1, pei de fr	ro da rente	ando en	dos	vuelt uno	de				0	
		la pelo éste, t derech	ta con la tras el bo a y de re	obles realiz mano inten ote, tiene evés hacia	tando d que go	esplaz Ipear	zar a alte	su e rnati	compa ivame	añero ente	o y de					
		Ejercic	o la pelota io 4: se la progres	debeN real	izar sei	vicios	des	sde	la pri	mera	0					
PARTE PI	RINCIPAL			TO DE PEL	OTEO									(
15'	30'	pelotea finaliza	a con el j r tiene que	edia pista p jugador cua e correr has a asignada	atro gol	pes e ndo de	n fo	rma ista <u>y</u>	de a y volv	spa. er.	Al C			-	→	•
		paralela espera Ejercic	a intentan entra a ju io 2: partio	realizar ur gar al fallo do en forma equipos jue	n pelote de un co a de trío	o de ompar . El p	fondo ĭero. rofes	o. El or p	jugad one la	dor q a pelo	ue ˈ ota					—
		de la s contra sale y e	siguiente un equipo entra el qu	manera: ur que juega ue espera. A pasa a jug	n equipo con un j Al finaliz	jueg ugado ar el s	ja co or. El set a	n do juga 11, e	os jug ador q	gador Jue fa	es		+		•	
15'	30'			TO DE «CA	_	_	_	_	_	n forr	ma F				•	
		de d alterna Grupo	esplazami tivamente de tarea a	iento late de derecha asignada: u	ral y a y de re n jugado	los vés. or en l	alı un rir	imno ncón	os (de la	golpe ı pista	an the same the sa		(C
		jugado	res, lanza	das del val a con la	mano	una	pelot	ар	ara i	que	su					
		dirigién	idola hacia	el bote, la las manos rofesor lanz	del lan	zador					C					
		pelotas de cada por el j	largas y a uno. Los ugador qu	cortas alter s jugadores	nativam	ente a	a la d	erec	ha y a	al rev	és 2	•				
PARTE		JUEGO	-													
15'	30'	Venced Finalist Juego Open U	dor :a 2: gran sla JSA:	am de indivi	6 pι 3 pι es.	ıntos.					J U E G O) •			
											J U E G O					
											2)			
TIEMPO																
60'	120'															

EDUC	Α		ENTREN	IADOR:				FECI	HA:						
TENN	IS.CON	/1	GRUPO:	8 AÑOS		TRIMES	TRE:	2°	Nº S	SEM	AN	A: 10 ^a	Nº	SESIÓN: 1	
	DOS PAR		BAJAR:	GOLPES	BÁSIC	OS (EL	GO	LPE	DE	DEF	REC	HA	Y DI	E REVÉS	CON
	SESIÓN			DESARRO	LLO DE	LA SESI	ÓN						GR	ÁFICOS	
SESIÓN	SESIÓN	CALEN	TAMIEN [*]								:				
1 HORA	2 HORAS			ndo solo, s											1
15'	INICIAL 30'			na y de revé					a arri	ba	Q	\bowtie			19
15	30			pelota en e I que el ej					vuolt				+	$\overline{\Delta}$	
				dor de la pis		i, pero u	ariuu	uus	vuen	las 1		\otimes			\sim
				ando medi		paralela,	y des	sde el	I fond	do,		`			
				en dos fila											
				a uno con n el otro lad											
				tuados en											
		hombro	o) sin inter	rupción de	derecha	y de reve				1					
		Ejercici	io 4: se de	eben realiza	r servici	os.									
PARTE P	RINCIPAL			TO DE PEL						E	Q			•	
15'	30'			do a 11 pu							\cup				
				profesor por o 1 de cada											
				entran los							۱ ۱	∀ ◀	4		
		misma	acción co	n los jugado	ores que	e entren a	juga	r.	·	'					
				do en forma											
				equipos jueç manera: ur											
				que juega											
				ie espera. <i>A</i>				el equ	iipo q	ue		Y ◀		-	
		jugaba	en pareja	pasa a juga	ar solo y	vicevers:	a.			2			1		
15'	30'	ENTRE	NAMIEN	TO DE «CA	RRO» (CON PRO	FES	OR						•	—
				rofesor lan											
			ınar ıas d a o de rev	irecciones	para qu	e ei juga	aor ia	as go	ipee	de					
				asignada: ur	n jugado	r en un ri	ncón	de la	pista	ı, y į					V O
				das del val											
				a con la el bote, l											\beth
				a las manos			Cona		0 100						4
				ofesor lanza											
				s jugadores n por el juga			que	están	detr	as 2				<u> </u>	
		espera	iluo eiliiai	i poi ei juga	adoi que	ialia.								_	
	FINAL	JUEGO		,											
15'	30'			am de indivi		ıntos				J					
										G	(ρ.	*		
		Juego 2	2: el trío.		·					1					
		Venced	or		6 pu	ntos.				J	ı				
										E					
										2					
											(—	-		
TIEMPO	120'														
1 00		İ													

11ª-12ª semana REPASO DE CONTENIDOS: juegos y competiciones. Concepto: variación de la metodología utilizando como base el juego y la competición para repasar los contenidos trabajados. Aspectos que se han de tener en cuenta: - El control en la fuerza, la dirección y la trayectoria de los golpes. - La percepción del vuelo y el bote de la pelota (colocación según el bote de la pelota). - El mantenimiento del peloteo sin fallar.

EDUC	Α		ENTRENADOR: FECHA:						
TENNI	IS.COM	/	GRUPO: 8 AÑ	os	TRIMESTRE:	2º	N° SEM	//ANA: 11ª y 12ª	Nº SESIÓN: 1
CONTENI	DOS PARA	TRAB	AJAR: JUEGOS	S Y COMPETI	CIONES		I		
TIEMPO	SESIÓN		DESA	RROLLO DE	LA SESIÓN			GRÁ	FICOS
SESIÓN 1 HORA PARTE 15'	SESIÓN 2 HORAS	Ejercici peloteo el jugad	NTAMIENTO io 1: utilizando io de derecha y d dor que falla. io 2: se deben re	media pista pa de revés. El juç	aralela, se deb gador que esp			U U U U U U U U U U U U U U U U U U U	AFICUS
PARTE PI	RINCIPAL	JUEGO	_	mandia miata na	avalala			E	
15'	30'	i Ejercici	io 1: el pozo en	media pista pa	aralela.			JMR0-0-0 1	
15'	30'	jugadoi	io 1: torneo a la res que esperar		s compañeros		da. Los	W - W - W - W - W - W - W - W - W - W -	
		Finalist 3 ^{er} clas Venced	dor del grupo 1 da del grupo 2 co sificado del grupo dor	ontra finalista o o 1 contra 3 ^{er} o	del grupo 2. clasificado del	grupo			
15'	30'	Venced Finalist Juego 2 Venced	1: gran slam de dor da 2: el sube y baja dordor	6 pur 3 pur a de dobles. 6 pur	ntos.			JUE 00 1 JUE 00 2	
TIEMPO	ΤΩΤΔΙ								
60'	120'								

ETAPA 8 AÑOS

TEMPORADA

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN

«3^{er} TRIMESTRE»

1- OBJETIVOS TÉCNICO-TÁCTICOS:

Para entrenar de la 1ª a la 4ª semana.

Fijar, desde la tercera progresión*, los conceptos técnicos básicos relativos a los siguientes golpes planos:

- Golpe plano de derecha.
- Golpe plano de revés.

Practicar, desde la tercera progresión*, los siguientes conceptos básicos relativos a los desplazamientos en el golpe plano de derecha y de revés:

- Recuperación del punto de partida.
- Lateral (diagonal), hacia delante y hacia atrás (movimientos en aspa).

Potenciar la práctica del juego atendiendo a los siguientes conceptos:

- El control en la fuerza, la dirección y la trayectoria del golpe.
- La percepción del vuelo y el bote de la pelota (colocación según el bote de la pelota).
- El mantenimiento del peloteo sin fallar.

Trabajar los aspectos físicos coordinativos generales fomentando el golpeo por toda la pista.

Para entrenar de la 5^a a la 9^a semana.

Fijar, desde la tercera progresión*, los conceptos técnicos básicos relativos al siguiente golpe plano:

Servicio por arriba.

Fijar los conceptos técnicos básicos relativos a los siguientes golpes planos:

- Volea de derecha.
- Volea de revés.

Practicar las siguientes combinaciones referentes a los golpes planos entrenados:

- Servicio por arriba ----- golpe de derecha.
- Servicio por arriba ------ golpe de defecha.

 Servicio por arriba ------ golpe de revés.

 Golpe de derecha ------ volea de derecha o de revés.

 Golpe de revés ------ volea de derecha o de revés.

Aprender y recordar las siguientes nociones del reglamento específico del individual:

- La puntuación (juegos y sets).
- Posición de los jugadores durante el juego.
- Cambios de lado en el servicio.

Practicar el siguiente concepto referente a la táctica básica del individual:

- Juego fondo-fondo o juego de consistencia.
- La importancia de acertar el primer servicio como base de la táctica ofensiva.

Repasar por medio de una actividad competitiva de individual los conceptos entrenados a lo largo del año

Para entrenar de la 10^a a la 12^a semana.

Aprender y recordar las siguientes nociones del reglamento específico de dobles.

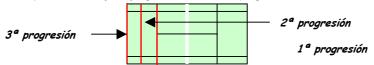
- La puntuación (juegos y sets).
- Posición de los jugadores durante el juego.
- Cambios de lado en el servicio.

Practicar los siguientes conceptos referentes a la táctica básica de dobles:

Juego fondo-fondo o juego de consistencia.

Repasar por medio de una actividad competitiva de dobles los conceptos anteriormente entrenados.

En este tercer trimestre el objetivo es que el alumno fije su juego desde la tercera progresión.



^{*} Progresión: el concepto de «progresión» hace referencia a las tres zonas de aprendizaje de la pista. A medida que el alumno va asumiendo los diferentes contenidos desde la primera de ellas, irá aumentando la distancia de juego hacia la segunda, y así hasta que llegue a jugar desde el fondo

2- TEMPORIZACIÓN Y DESARROLLO CONCEPTUAL DE LOS CONTENIDOS QUE SE HAN DE TRABAJAR:

1ª- 2ª semana

GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de derecha (desde la tercera progresión).

Concepto: golpe desde la tercera progresión con impacto de la pelota hacia delante y con apoyo cruzado.

Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha.
- Preparación del golpe: de atrás hacia delante con balanceo o en semirotación.
- Punto de impacto: entre el hombro y la cadera.
- Finalización: recogiendo la raqueta con la mano izquierda.

EMPUÑADURA DE DERECHA



DERECHA PLANA



Trayectoria del golpe: parabólica. Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: control de la fuerza del golpe dentro de los límites de la pista.

Acción de aprendizaje: fijación, global y en movimiento, de la técnica aprendida.

ENTRENADOR: EDUCA TENNIS.COM TRIMESTRE: 3° **GRUPO: 8 AÑOS** Nº SEMANA: 1a Nº SESIÓN: 1 CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (EL GOLPE DE DERECHA DESDE LA TERCERA PROGRESIÓN) TIEMPO SESIÓN **DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN CALENTAMIENTO 2 HORAS 1 HORA Ejercicio 1: con empuñadura de derecha, se debe botar la **PARTE INICIAL** pelota repetidas veces contra el suelo. 15' 30' Ejercicio 2: igual que el ejercicio 1, pero dando dos vueltas corriendo alrededor de la pista. Ejercicio 3: utilizando media pista paralela, y desde el fondo, cuatro jugadores en dos filas cogen desde el suelo pelotas y las lanzan uno a uno con la mano (tiro de piedra) hacia los conos situados en el otro lado de la pista para que, tras el bote, los jugadores situados en el fondo las golpeen sólo de derecha (entre la cintura y el hombro) sin interrupción. Ejercicio 4: se deben realizar servicios desde la tercera progresión. PARTE PRINCIPAL **ENTRENAMIENTO DE PELOTEO** Ejercicio 1: peloteo en forma de trío —modificado— (la pareja 15' 30' sólo puede golpear de derecha). El profesor pone la pelota en juego y se inicia un peloteo de dos contra uno. Al finalizar dos peloteos completos, los jugadores en posición de espera (rojos) entran a jugar y los que jugaban (blancos) pasan a esperar. Ejercicio 2: peloteo en forma de dobles —modificado— (sólo se puede golpear de derecha). El profesor pone la pelota en juego y se inicia un peloteo de fondo de dobles. Los jugadores que esperan entran a jugar al fallo de un jugador. ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR 30' 15' Ejercicio 1: el profesor lanza desde el carro pelotas a los dos alumnos que hay en la pista y éstos, sólo de derecha, golpean alternativamente cruzado y paralelo. Grupo de tarea asignada: un jugador en un rincón de la pista y situado a espaldas del vallado del fondo donde golpean los jugadores, lanza con la mano una pelota para que su compañero, en la posición de estar sentado en un banco, la golpee de derecha tras el bote hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora cambiando el lado de la pista. **PARTE FINAL JUEGO** Juego 1: gran slam de dobles —modificado— (sólo se puede 15' 30' golpear de derecha, pero también está permitido parar la pelota con la raqueta -sólo por el lado del revés-y, tras el bote, golpearla de derecha). Open USA: Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Roland Garros: Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Juego 2: la rueda. Vencedor 6 puntos. TIEMPO TOTAL Vencedor 6 puntos. 120' Vencedor 6 puntos.

FECHA:

EDUC	A		ENTRENADOR: FECHA:							
TENN	IS.CON	/1	GRUPO: 8 AÑOS	TRIMESTRE:	3°	Nº SEM	ANA: 2	Nº SESIÓN: 1		
	DOS PAR A TERCER		BAJAR: GOLPES BÁSICO GRESIÓN)	S (EL GOLP	E DE	DEREC	HA CON	DESPLAZAMIENTO		
	SESIÓN		DESARROLLO DE	LA SESIÓN				GRÁFICOS		
SESIÓN	SESIÓN	CALEN	NTAMIENTO					0.0		
1 HORA	2 HORAS		io 1: con empuñadura de		lebe b	otar la				
PARTE 15'	30'	Ejercici corrien Ejercici cuatro las lanz marcad situado cintura	repetidas veces contra el sue io 2: igual que el ejercicio do alrededor de la pista. io 3: utilizando media pista jugadores en dos filas cogezan uno a uno con la mano (da de la pista para que, tos en el fondo las golpeen y el hombro) sin interrupción io 4: se deben realizar sisión.	fondo, elotas y la zona ladores entre la						
PARTE PI	RINCIPAL	ENTRE	NAMIENTO DE PELOTEO							
15'	30'	Ejercici profeso derech tiempo la pelo bote, g Ejercici cruzado de ENTRE Ejercici cortas golpea Grupo situado jugado compa golpee	io 1: el rey en media pista or pone la pelota en juego y a). Si la pelota va dirigida al a cambiarse de derecha, ta ta con la raqueta (sólo por olpearla de derecha. io 2: igual que el ejercicio a a. ENAMIENTO DE «CARRO» io 1: el profesor lanza des y laterales a los dos alumnos n, sólo de derecha, hacia el p de tarea asignada: un jugado a espaldas del vallado de res, lanza con la mano ñero, en la posición de esta de derecha, tras el bote, hacia el posición de esta de derecha, tras el bote, hacia el posición de esta de derecha, tras el bote, hacia el posición de esta de derecha, tras el bote, hacia el posición de esta de derecha, tras el bote, hacia el posición de esta de derecha, tras el bote, hacia el posición de esta de derecha, tras el bote, hacia el posición de esta de derecha, tras el bote, hacia el posición de esta de derecha, tras el bote, hacia el posición de esta de derecha, tras el bote, hacia el posición de esta de derecha, tras el bote, hacia el posición de esta de derecha, tras el bote, hacia el posición de esta de derecha, tras el bote, hacia el posición de esta de derecha, tras el bote, hacia el posición de esta de derecha, tras el bote, hacia el posición de esta de derecha, tras el bote, hacia el posición de esta de derecha, tras el bote, hacia el posición de esta de derecha de de derecha de de derecha de de derecha de de derecha de de derecha de de derecha de de derecha de de derecha de de derecha de de derecha de de de de de de de de de de de de de	y sólo se pued revés, y al jug ambién está pe el lado del reventerior, pero el composition de doble or en un rincón el fondo donde una pelota par sentado en cia las manos de revente de las manos de la fondo donde una pelota par sentado en cia las manos de revente de la fondo donde una pelota par sentado en cia las manos de revente de la fondo donde una pelota par sentado en cia las manos de revente de la fondo donde una pelota par sentado en cia las manos de la fondo donde la fondo	e golpeder de la companya de la comp	largas, y éstos pista, y ean los que su nco, la cador.				
			<mark>io 2</mark> : igual que el ejero ando el lado de la pista.	antenor,	pero	anora				
PARTE	FINAL	JUEGO	·							
15'	30'	Juego puede la peloi bote, g Roland Venceo Venceo Juego Equipo Equipo Equipo	1: gran slam de individua golpear de derecha, pero ta ta con la raqueta —sólo por olpearla de derecha). I Garros: dor	ambién está pe el lado del reve untos. untos. untos untos	ermitid	o parar				
60'	120'	Venced	dor 6 pu	ntos.				-		
UU	120	1								

3ª- 4ª semana

GOLPES BÁSICOS: técnica del golpe plano de revés (desde la tercera progresión).

Concepto: golpe, a dos manos, desde la tercera progresión con impacto de la pelota plano, hacia delante y con apoyo cruzado.

Técnica básica:

- Empuñadura: este con la mano derecha e izquierda.
- Preparación del golpe: de atrás hacia delante con balanceo o en semirotación.
- Punto de impacto: entre el hombro y la cadera.
- Finalización: estirando el brazo izquierdo.

EMPUÑADURA DE REVÉS A DOS MANOS EMPUÑADURA DE REVÉS A UNA MANO





REVES PLANO A DOS MANOS



REVÉS PLANO A UNA MANO



Trayectoria del golpe: parabólica. Dirección: paralela y cruzada.

Precisión: control de la fuerza del golpe dentro de los límites de la pista.

Acción de aprendizaje: fijación, global y en movimiento, de la técnica aprendida.

TENNIS.COM	EDUC	A		ENTREM	IADOR:			F	FECH	A :						
PRORESIÓN TIEMPO SESIÓN SESION SESION SESION SESION JINORA 2 1007A8 11007A 2 1007A8 TIEMPO SESION SESION SESION SESION SESION JINORA 2 1007A8 TIEMPO SESION THE CONTROLL SESION SESION SESION SEJON SE	TENN	S.CON	1	GRUPO:	: 8 AÑOS	1	TRIMEST	RE: 3	3°	Nº SEN	ΙΑΙ	NA: 3	a Nº	SESI	ÓΝ: 1	
SESSIÓN SESSIÓN SESSIÓN SESSIÓN SESSIÓN SESSIÓN SESSIÓN SESSIÓN SESSIÓN SENSIÓN SENS			A TRA	BAJAR:	GOLPES E	BÁSIC	OS (EL	GOL	PE	DE RE	EVÉ	S D	ESDE	LA	TERCI	ERA
SESION SESION SESION A LENTAMIENTO SECION SUPERIOR S					DECARROLL	0 DE	I A CECI						CB	ÁFIC		
PARTE INICIAL Taylardu Sulvy, Sulptandu Sulvy, Sulptandu Sulva, Sulptandu Sulva, Sulvandu Frebridas veces contra el suelo. Ejercico 2: giudi que el ejercicio 1, pero dando dos vueltas corriendo alrededor de la pista. Ejercico 3: utilizando media pista paralela y desde el fondo, cuatro jugadores en dos filas cogen desde el suelo pelotas y las lanzan uno a una con la mano (tiro de piedra) hacia los conos situados en el otro lado de la pista para que, tras el bote, los jugadores situados en el fondo las golpeen es dol de revés, entre la cintura y el hombro, sin interrupción. Ejercico 4: se deben realizar servicios desde la tercera progresión. PARTE PRINCIPAL ENTRENAMIENTO DE PELOTEO			CALEN			LO DE	LA SESI	JN			_		GR	AFIC	<i>)</i> 3	
repetidas veces contra el suelo. Ejercicio 2: giual que el ejercicio 1, pero dando dos vueltas corriendo alrededor de la pista. Ejercicio 3: utilizando media pista paralela y desde el fondo, cuatro jugadores en dos filas cogen desde el suelo pelotas y las lanzan uno a uno con la mano (tiro de piedra) hacia los conos situados en el otro lado de la pista para que, tras el bote, los jugadores situados en el fondo las golpeen sólo de revés, entre la cintura y el hombro, sin interrupción. Ejercicio 4: se deben realizar servicios desde la tercera progresión. Elercicio 1: peloteo en forma de trio —modificado— (la pareja solo puede golpear de revés). El profesor pone la pelota en juego y se inicia un peloteo de dos contra uno. Al finalizar dos peloteos completos, los jugadores en posición de espara (rojos) entran a jugar y los que jugaban (blancos) pasan a esperar. Ejercicio 2: peloteo en forma de dobles —modificado— (sólo se puede golpear de revés). El profesor pone la pelota en juego y se inicia un peloteo de fondo de dobles. Los jugadores que esperan entran a jugar al fallo de un jugador. ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR Ejercicio 1: el profesor lanza desde el carro pelotas a los dos alumnos que hay en la pista y éstos, sólo de revés, golpean alternativamente cruzado y paralelo. Grupo de tarea asignada: un jugador en un rincón de la pista, y situado a espadas del vallado del fondo donde golpean los jugadores, lanza con la mano una pelota para que su compañero, en la posición de estar sentado en un banco, la golpee de revés, tras el bote, hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: jugal que el ejercicio anterior, pero ahora cambiando el lado de la pista. PARTE FINAL 15' 30' Juego 1: gran slam de dobles —modificado—. Sólo se puede golpear de revés, pero también está permitido parar la pelota con la raqueta (sólo por el lado de la derecha) y, tras el bote, on la raqueta (sólo por el lado de la derecha) y, tras el bote, on la raqueta (sólo por el lado de la derecha) y, tras el bote, on la raqueta (sólo p											J E R C		*			그
Ejercicio 1: peloteo en forma de trío —modificado— (la pareja sólo puede golpear de revés). El profesor pone la pelota en juego y se inicia un peloteo de dos contra uno. Al finalizar dos peloteos completos, los jugadores en posición de espera (rojos) entran a jugar y los que jugaban (blancos) pasan a esperar. Ejercicio 2: peloteo en forma de dobles —modificado— (sólo se puede golpear de revés). El profesor pone la pelota en juego y se inicia un peloteo de fondo de dobles. Los jugadores que esperan entran a jugar al fallo de un jugador. ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR Ejercicio 1: el profesor lanza desde el carro pelotas a los dos alumnos que hay en la pista y éstos, sólo de revés, golpean alternativamente cruzado y paralelo. Grupo de tarea asignada: un jugador en un rincón de la pista, y situado a espaldas del vallado del fondo donde golpean los jugadores, lanza con la mano una pelota para que su compañero, en la posición de estar sentado en un banco, la golpee de revés, tras el bote, hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora cambiando el lado de la pista. PARTE FINAL JUEGO Juego 1: gran slam de dobles —modificado—. Sólo se puede golpear de revés, pero también está permitido parar la pelota con la raqueta (sólo por el lado de la derecha) y, tras el bote, golpearla de revés. Open USA: Vencedor ————————————————————————————————————			repetid Ejercici corrien Ejercici cuatro las lan conos s los juga entre la Ejercici	as veces of 2: igual do alredeo 3: utiliz jugadores zan uno a situados e adores situados e a cintura y io 4: se	contra el suelo il que el ejer dor de la pista zando media s en dos filas a uno con la en el otro lado cuados en el el hombro, si	o. cicio 1 a. pista p cogen mano de la p fondo I in interi	, pero da paralela y desde e (tiro de pista para as golpe rupción.	desc descel suel piedra que, en sól	dos v de el lo pel a) had tras e lo de	fondo, otas y cia los el bote, revés,	0					
sólo puede golpear de revés). El profesor pone la pelota en juego y se inicia un peloteo de dos contra uno. Al finalizar dos peloteos completos, los jugadores en posición de espera (rojos) entran a jugar y los que jugaban (blancos) pasan a esperar. Ejercicio 2: peloteo en forma de dobles —modificado— (sólo se puede golpear de revés). El profesor pone la pelota en juego y se inicia un peloteo de fondo de dobles. Los jugadores que esperan entran a jugar al fallo de un jugador. ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR Ejercicio 1: el profesor lanza desde el carro pelotas a los dos alumnos que hay en la pista y éstos, sólo de revés, golpean alternativamente cruzado y paralelo. Grupo de tarea asignada: un jugador en un rincón de la pista, y situado a espaldas del vallado del fondo donde golpean los jugadores, lanza con la mano una pelota para que su compañero, en la posición de estar sentado en un banco, la golpee de revés, tras el bote, hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora cambiando el lado de la pista. PARTE FINAL JUEGO 15' 30' Juego 1: gran slam de dobles —modificado—. Sólo se puede golpear de revés, pero también está permitido parar la pelota con la raqueta (sólo por el lado de la derecha) y, tras el bote, golpearla de revés. Open USA: Vencedor	PARTE PI	RINCIPAL	ENTRE	NAMIEN	TO DE PELO	TEO					+					
Ejercicio 1: el profesor lanza desde el carro pelotas a los dos alumnos que hay en la pista y éstos, sólo de revés, golpean alternativamente cruzado y paralelo. Grupo de tarea asignada: un jugador en un rincón de la pista, y situado a espaldas del vallado del fondo donde golpean los jugadores, lanza con la mano una pelota para que su compañero, en la posición de estar sentado en un banco, la golpee de revés, tras el bote, hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora cambiando el lado de la pista. PARTE FINAL JUEGO Juego 1: gran slam de dobles —modificado—. Sólo se puede golpear de revés, pero también está permitido parar la pelota con la raqueta (sólo por el lado de la derecha) y, tras el bote, golpearla de revés. Open USA: Vencedor	15'	30'	Ejercici sólo pu juego y pelotec (rojos) espera Ejercici puede se inic	io 1: pelot uede golp v se inicia os comple entran a r. io 2: pelot golpear de ia un pelot	teo en forma lear de revés un peloteo d letos, los jug jugar y los eo en forma c le revés). El p loteo de fonde	de trío s). El p e dos di adores que ju de doble profesor o de d	rofesor p contra un en pos gaban (k es —moc pone la obles. Lo	one la o. Al f sición blanco lificada pelota	a pelo finaliz de e os) pa o— (s a en ju	ota en ar dos espera asan a sólo se uego y	EJERCICIO 1 EJERCICIO 2				-	
Juego 1: gran slam de dobles —modificado—. Sólo se puede golpear de revés, pero también está permitido parar la pelota con la raqueta (sólo por el lado de la derecha) y, tras el bote, golpearla de revés. Open USA: Vencedor			Ejercici alumno alterna Grupo situado jugado compar golpee Ejercici cambia	io 1: el pros que ha tivamente de tarea a a espalares, lanzañero, en la de revés, io 2: iguando el la de rede de la de l	rofesor lanza y en la pista cruzado y pa asignada: un j das del vallad a con la m la posición de tras el bote, l ual que el	desde y ésto ralelo. lugador do del nano u e estar hacia la ejercio	el carro es, sólo c en un rir fondo de ina pelo sentado as manos	pelota le revo ncón d onde g ta pa en u del la	as a lo és, go de la p golpea ira qu in bar inzado	oista, y an los ue su nco, la or.	E J E R C I C I O 1 y 2					
golpear de revés, pero también está permitido parar la pelota con la raqueta (sólo por el lado de la derecha) y, tras el bote, golpearla de revés. Open USA: Vencedor								0.41								
60' 120' Vericedor o puntos.	TIEMPO	TOTAL	golpear con la golpear Open L Venceo Roland Venceo Juego Venceo Venceo	r de revés raqueta (s rla de revé JSA: dor dor Garros: dor dor 2: el desg dor	s, pero tambiosólo por el la desensión de la d	én esta do de l 6 pun 6 pun 6 pun 6 pun	a permitica derechontos. tos. tos. tos. tos.	lo par	ar la	pelota					•	

EDUC	A		ENTRENADOR:		FECH	HA:				
TENN	IS.COM	1	GRUPO: 8 AÑOS	TRIMESTRE:	3°	N° SEM	ANA: 4	Nº SESIÓ	N: 1	
	DOS PARA ERA PROG		AJAR: GOLPES BÁSICOS N)	(EL GOLPE D	DE RE	VÉS CO	N DESPL	AZAMIEN [®]	ΓΟ DES	DE
			·	LA SESIÓN				GRÁFICO	S	
SESIÓN 1 HORA PARTE 15'	1 HORA 2 HORAS PARTE INICIAL pelota repetidas veces contra el suelo.					vueltas in fondo, in italia in itali				
PARTE P	RINCIPAL		NAMIENTO DE PELOTEO		-l:C					
15'	30'	profeso revés). da tiem la pelot el bote	o 1: el rey en media pista por pone la pelota en juego y Si la pelota va dirigida a la apo a cambiarse de revés, ta con la raqueta (sólo por el golpearla de revés. o 2: igual que el ejercicio ar	sólo se pued derecha, y al imbién está pe lado de la de	e golp jugado ermitid recha	pear de por no le lo parar) y, tras			→	

ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR

golpean sólo de revés hacia el pasillo de dobles.

cambiando el lado de la pista.

bote, golpearla de revés.

Vencedor 6 puntos.

JUEGO

Open USA:

Ejercicio 1: el profesor lanza desde el carro pelotas largas, cortas y laterales a los dos alumnos que hay en la pista y éstos

Grupo de tarea asignada: un jugador en un rincón de la pista, y situado a espaldas del vallado del fondo donde golpean los jugadores, lanza con la mano una pelota para que su compañero, en la posición de estar sentado en un banco, la golpee de revés, tras el bote, hacia las manos del lanzador.

Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora

Juego 1: gran slam de individual —modificado—. Sólo se puede golpear de revés, pero también está permitido parar la pelota con la raqueta (sólo por el lado de la derecha) y, tras el

15'

30'

PARTE FINAL

TIEMPO TOTAL

60'

120'

30'

5^asemana

GOLPES BÁSICOS: técnica del servicio plano por arriba (desde la tercera progresión).

Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha.
- Posición de los pies: el pie delantero orientado al palo derecho de la red y el pie trasero paralelo a la línea de fondo.
- Elevación de la pelota.
- Posición: el codo a la altura del hombro.
- Impacto: parabólico.
- Finalización: cruzando el brazo izquierdo por debajo del brazo derecho.

EMPUÑADURA DEL SERVICIO

EL SERVICIO PLANO





Dirección: cruzada. Trayectoria: parabólica.

Precisión: control de la fuerza del golpe (dentro de los límites de la pista). **Acción de aprendizaje:** realizar el movimiento completo incidiendo en la

coordinación de los brazos.

Combinación de acciones: servicio por arriba y golpe plano de derecha o de revés.

EDUC	Α		ENTRENADOR: FECHA:						
TENNI	IS.COM	1	GRUPO: 8 AÑOS	TRIMESTRE:	3º	N° SEN	IANA: 5ª	N° SESIÓN: 1	
CONTENII	DOS PARA	TRAB	AJAR: GOLPES BÁSICOS (EL SERVICIO	PLAN	10)			
TIEMPO	SESIÓN		DESARROLLO DE	LA SESIÓN				GRÁFICOS	
SESIÓN	SESIÓN		ITAMIENTO						
1 HORA	2 HORAS		io 1: con empuñadura con						
PARTE 15'	30'		r repetidas veces la pelota d	contra el suelo	con e	el canto	E J E	K	
	30		de la cabeza de la raqueta. io 2: con los pies en la posi	ción correcta (പ്പി മേ	rvicio v	R C	Ŏ	
			queta, se debe realizar el				C	<u> </u>	
			o, lanzándose la pelota con				4		
			nto del impacto, recogiéndola					•	
			io 3: igual que el ejercicio a	interior, pero s	sin mo	over los			
		pies.	io 4: desde el fondo o tre	e cuartos de	nieta	y con			
			adura este de derecha, se o						
			eto del saque hasta parar						
		impacto							
			io 5: desde el fondo de la	a pista, se de	eben	realizar			
PARTE P	RINCIPAL		os completos. ENAMIENTO DE «CARRO» (CON PROFES	OR				
15'			io 1: se deben realizar servic		_	nanera:	E J		
15	30'	el juga	dor que introduce la pelota	desde el cono	rojo	pasa al	R C	X	
			marillo, el que introduce la pe				C I O		
			l cono verde, y se sigue sir cometer un fallo. Cuando se				1		
			ción inicial. Los servicios que				E		
		del pas	sillo de dobles tienen que ser				E R		
			más próximo al jugador.				C		
			i <mark>o 2:</mark> la vuelta al mundo. Me rojos y el otro medio grupo				0		
			a por los conos más cercan						
		servicio	o, se pasa al siguiente conc	más alejado.	En d	aso de			
			e vuelve al cono inicial. Una						
		vicever	e los conos rojos, se pasa esa	a a ios conos	ama	irillos y			
15'	30'		NAMIENTO DE Y PUNTOS				Ę –		
			io 1: el rey —modificado— (d				R C	\	
			viendo y jugando y tres esp						
			uno restando y jugando y uno o se intercambian la posición				1		
			dor		a pam	.0.	E		
			a				R O		
			io 2: igual que el ejercicio a na de dobles.	nterior, pero a	hora j	ugando			
			dores				2		
			as						
PARTE	FINAL	JUEGO)						
15'	30'		1: partido a un set de dobles						
			pera entra por el jugador que	e falla o que le	han	ganado	G		
		el punto	0).				1		
TIEMPO	TOTAL								
60'	120'	1							

6^a semana

GOLPES BÁSICOS: técnica de la volea de derecha y de revés.

Concepto: golpe plano sin bote de trayectoria descendente.

Técnica básica:

- Empuñadura: este de derecha o este de revés a dos manos.
- Posición de los pies y del cuerpo.
- Preparación del golpe: alta y recortada.
- Punto de impacto.
- Finalización: recortada.

EMPUÑADURA DE VOLEA DE DERECHA



VOLEA DE DERECHA



EMPUÑADURA DE LA VOLEA DE REVÉS A DOS MANOS



VOLEA DE REVÉS A DOS MANOS



Dirección: paralela y cruzada. Trayectoria: descendente.

Precisión: control de la fuerza del golpe dentro de los límites de la pista.

Desplazamiento: vertical.

Acción de aprendizaje: golpeo de volea previo desplazamiento de aproximación a

la pelota.

Combinación de acciones: golpe de fondo de derecha o de revés y volea de derecha o de revés.

ENTRENADOR: FECHA: EDUCA TENNIS.COM **GRUPO: 8 AÑOS** Nº SEMANA: 6a TRIMESTRE: 3° Nº SESIÓN: 1 CONTENIDOS PARA TRABAJAR: GOLPES BÁSICOS (LA VOLEA DE DERECHA Y DE REVÉS CON **DESPLAZAMIENTO)** TIEMPO SESIÓN **DESARROLLO DE LA SESIÓN GRÁFICOS** SESIÓN SESIÓN **CALENTAMIENTO** 1 HORA 2 HORAS Ejercicio 1: jugando solo, se debe golpear la pelota hacia arriba **PARTE INICIAL** alternativamente de derecha y de revés. 15' 30' Ejercicio 2: igual que el ejercicio 1, pero dando dos vueltas corriendo alrededor de la pista. Ejercicio 3: cuatro jugadores, desde la línea de fondo, cogen desde el suelo pelotas y las lanzan con la mano (tiro de piedra) hacia dos jugadores situados en la red, que las tienen que volear e intentar introducir en el cuadro de servicio. Ejercicio 4: se deben realizar servicios. PARTE PRINCIPAL **ENTRENAMIENTO DE PELOTEO** \bigotimes Ejercicio 1: el profesor, desde la volea, mantiene con un 15' 30' jugador un peloteo de la siguiente manera: tres golpes de fondo, una subida a la red, una volea de derecha, una de revés y un remate al hueco. Grupo de tarea asignada: a tres metros de distancia, un jugador lanza la pelota con la mano y su compañero golpea alternativamente una volea de derecha y una de revés hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: el profesor, desde la volea, mantiene con dos jugadores un peloteo de volea a volea. A los tres fallos entra la pareja que espera. \bigotimes ENTRENAMIENTO DE «CARRO» CON PROFESOR 30' 15' Ejercicio 1: el profesor lanza desde el carro pelotas para que el jugador realice una volea de derecha (a la altura del cono rojo) y otra de revés (a la altura del cono verde). Después de la volea de derecha hay que recuperar el punto de partida. Grupo de tarea asignada: a tres metros de distancia, un jugador lanza la pelota con la mano para que su compañero golpee alternativamente una volea de derecha y una de revés hacia las manos del lanzador. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero finalizando con un remate. **PARTE FINAL** JUEGO 15' 30' Juego 2: el winner. Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. Juego 2: el sube y baja. Equipo VERDE – ROJO y AZUL: puntos Equipo ROJO – AZUL y VERDE: puntos Equipo AZUL – ROJO y VERDE: puntos Vencedor 6 puntos. Vencedor 6 puntos. **TIEMPO TOTAL** 60' 120'

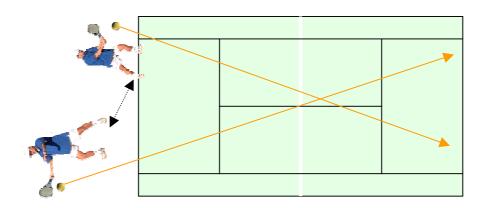
7ª semana

TÁCTICA Y REGLAMENTO DE INDIVIDUAL.

Conceptos tácticos que se han de trabajar:

- Juego fondo-fondo o juego de consistencia.

Concepto: la táctica del juego de consistencia hace referencia a que el jugador juegue desde el fondo de la pista sin arriesgar, esperando a que falle el contrario.



Conceptos de reglamento:

- La puntuación; diferenciar los juegos de los sets.
- Posición de los jugadores durante el juego.
- Cambios de lado y de servicio.



ENTRENADOR:

GRUPO: 8 AÑOS TRIMESTRE: 3° N° SEMANA: 7ª N° SESIÓN: 1

FECHA:

CONTENIDOS PARA TRABAJAR: TÁCTICA Y REGLAMENTO DEL INDIVIDUAL

CONTENID	OS PARA	TRABAJAR: TÁCTICA Y REGLAMENTO DEL INDIVIDUAL	
TIEMPO	SESIÓN	GRÁFICOS	
SESIÓN	SESIÓN	DESARROLLO DE LA SESIÓN EXPLICACIÓN DEL SISTEMA DE TANTEO	0.0
PARTE I	2 HORAS	Ejercicio 1: explicación de la posición que deben adoptar los jugadores en el juego (uno sirve y uno resta). Al finalizar el punto, el que sirve lo hace al otro cuadro de saque sobre el que resta. Ejercicio 2: se debe realizar un game (juego) utilizando el tanteo convencional, pero en vez de jugar con la raqueta se debe jugar con la mano (lanzar y recoger). Ejercicio 3: una vez acabado el game, se debe seguir jugando el set (lanzando y recogiendo con la mano) hasta su finalización realizando correctamente los cambios de servicio y de lado. Ejercicio 4: se debe realizar el mismo ejercicio, pero en un tiebreak.	E B E R C C C C C C C C C C C C C C C C C C
PARTE PR	30'	 CALENTAMIENTO TÉCNICO Ejercicio 1: calentamiento técnico antes de un partido: Peloteo fondo-fondo en media pista. Peloteo fondo-red (volea y remate). Peloteo fondo-red (otro jugador). Servicios. Explicación de la necesidad de un sorteo para la elección del servicio y del lado del campo de juego. 	E J E R C C C C C C C C C C C C C C C C C C
15'	30'	TÁCTICA Ejercicio 1: peloteo en media pista paralela de derecha y de revés —modificado— (el profesor pone la pelota en juego y los jugadores tienen que intentar entrar la pelota en el área señalada el máximo número de veces posible). Se van estableciendo nuevos récords para aumentar la motivación de los jugadores. El jugador que espera entra a jugar por el que falla. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero en media pista cruzada.	E J E R C C C C C C C C C C C C C C C C C C
PARTE 15' TIEMPO 60'	30'	JUEGO Juego 1: el pozo en media pista paralela. Vencedor	J J W G G O 1

8^a y 9^a semana

COMPETICIÓN DE INDIVIDUAL

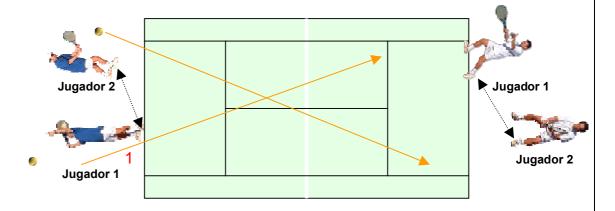
Concepto: realización de una actividad competitiva como medio para repasar los contenidos trabajados a lo largo del año.

Aspectos que se han de tener en cuenta:

Conceptos de técnica practicados con relación a los siguientes golpes:

- Golpe plano de derecha y de revés.
- Servicio por arriba.
- Golpe de volea de derecha y de revés.

Competición (ficha 8) de la parte principal:



Conceptos generales de juego:

- El control en la fuerza, la dirección y la trayectoria de los golpes.
- La percepción del vuelo y el bote de la pelota: colocación según el bote de la pelota.
- La consistencia en el juego de fondo.
- La importancia de acertar el primer servicio.

EDUC	A		ENTRENADOR: FECHA:			A :					
TENN	IS.COM	1	GRUPO: 8 AÑOS	TRIMESTRE:	3°	Nº SEN	1/	NA: 8ª	Nº SESIÓN: 1		
CONTENI	DOS PARA	TRAB	AJAR: COMPETICIÓN DE IN	DIVIDUAL							
TIEMPO	SESIÓN		DESARROLLO DE	LA SESIÓN					GRÁFICOS		
SESIÓN	SESIÓN	CALE	NTAMIENTO TÉCNICO				-				
1 HORA	2 HORAS		io 1: calentamiento técnico ar		ido:		JER				
PARTE 15'	30'		loteo fondo-fondo en media p				0-0	♥ ◀			
15	30		loteo fondo-red (volea y rema				0_0				
			loteo fondo-red (otro jugador) rvicios.).			1		$\otimes \longleftarrow$		
			de elección de servicio y del	lado de campo)						
		Corteo	de eleccion de servicio y der	iado de campe	,						
PARTE P	RINCIPAL	COMP	ETICIÓN								
15'			io 1: competición de individ	lual en forma	de lig	a y al	E				
15	30'	mejor	de 3 games —modificado—	- (2 jugadores	arbitra	any 4	ERC				
		jugado	res juegan golpeando en forn	na de rueda).			_0_		V _N		
							0				
		Vonco	dor 6 punto								
			ta 3 punto								
		, mano	o paric								
		COMP	ETICIÓN								
15'	30'		io 1: competición de individ	lual en forma	de lia	a v al	EJ				
			de 3 <i>tie-break</i> —modificado-				E R C				
		jugado	res juegan golpeando en forn	na de rueda).			-0-	₹	×		
							1				
		Vonco	dor 6 punto								
			ta 3 punto								
			·								
PARTE			O POR EQUIPOS O INDIVID	UAL							
15'	30'	Vence	<mark>1:</mark> el <i>winner.</i> dor 6 puntos				JUL				
			dor 6 puntos				GO				
							1				
TIEMPO											
60'	120'										

EDUC	Α	EN	ENTRENADOR: FECHA:				HA:					
TENN	IS.CON	GF	RUPO: 8 AÑOS		TRIMESTRE:	3°	Nº SEM	ANA: 9ª	Nº SESIÓN: 1			
CONTENI	DOS PARA	A TRABAJA	AR: COMPETIC	IÓN DE IN	IDIVIDUAL							
	SESIÓN				LA SESIÓN				GRÁFICOS			
SESIÓN 1 HORA	SESIÓN 2 HORAS	CALENTA Ejercicio 1	MIENTO TÉCN	ICO								
	INICIAL	,	ación para realiz	ar la inscr	ipción.							
15'	30'	 Sorteo 	del cuadro.		•							
		Orden	de los partidos.									
PARTE P	RINCIPAL	COMPETI	_									
30'	60'	 Pelote Pelote Pelote Servicion Sorteo de Ejercicio 2 (se juega adispone de dispone de dispo	elección de serva competición de a 1 set de 4 jues e una pista, los jues e una pista, los jues e una pista, los juesto.	n media p ea y rema o jugador) vicio y del open en r egos con a	ista. te). lado de campo nedia pista — tie-break en 4-	modif -4. Si	sólo se					
		5° y 6° pur Final. Vencedor Finalista 3 ^{er} clasifica	esto.	7 p	ountos. 5 puntos.							
	TOTAL											
60'	120'											

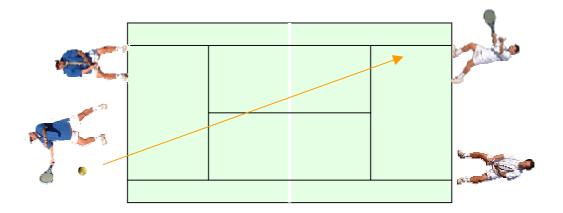
10^a semana

TÁCTICA Y REGLAMENTO DE DOBLES.

Conceptos tácticos para trabajar:

- Juego fondo-fondo o juego de consistencia.

Concepto: la táctica del juego de consistencia hace referencia a que los jugadores jueguen desde el fondo de la pista sin arriesgar, esperando a que falle el contrario.



Conceptos de reglamento:

- La puntuación: juegos y sets.
- Posición de los jugadores durante el juego.
- Cambios de lado en el servicio.

Acción de aprendizaje: práctica según los juegos adaptados.

ENTRENADOR:

FECHA:

GRUPO: 8 AÑOS

TRIMESTRE: 3°

Nº SEMANA: 10a

Nº SESIÓN: 1

CONTENIDOS PARA TRABAJAR: TÁCTICA Y REGLAMENTO DEL DOBLE

SOITILIND	OU I ANA	TRABAJAR: TACTICA Y REGLAMENTO DEL DOBLE		
TIEMPO S		DESARROLLO DE LA SESIÓN		GRÁFICOS
SESIÓN 1 HORA	SESIÓN 2 HORAS	EXPLICACIÓN DEL SISTEMA DE TANTEO Ejercicio 1: explicación de las posiciones iniciales que deben	EJER	
15'	30'	adoptar los jugadores en el juego de dobles. Ejercicio 2: se debe realizar un game de dobles utilizando el tanteo convencional, pero en vez de jugar con la raqueta se debe jugar con la mano (lanzar y recoger). Ejercicio 3: una vez acabado el game de dobles, se debe seguir jugando el set lanzando y recogiendo con la mano hasta su finalización y realizando correctamente los cambios de servicio y de lado. Ejercicio 4: se debe realizar el mismo ejercicio, pero en un tiebreak de dobles.	0 1	
PARTE PR	RINCIPAL	CALENTAMIENTO TÉCNICO		
15'	30'	 Ejercicio 1: calentamiento técnico antes de un partido de dobles: Peloteo fondo-fondo en media pista paralela. Peloteo fondo-red (volea y remate). Peloteo fondo-red (otro jugador). Servicios. Explicación de la necesidad de un sorteo para la elección del servicio y del lado del campo de juego. 	EJERCICIO 1	
15'	30'	TÁCTICA Ejercicio 1: el profesor pone la pelota en juego y se inicia un peloteo de dobles desde el fondo de la pista intentando que la pelota entre dentro el máximo número de veces posible. Cada vez que una pareja consiga mejorar el resultado anterior, el profesor tiene que fijar nuevas marcas para aumentar la motivación de los alumnos. El jugador que espera entra a jugar por el que falla. Ejercicio 2: igual que el ejercicio anterior, pero ahora cuando la pelota bota en la zona marcada el jugador que golpea tiene que subir a la red.	EJERCCICIO 1 Y 2	
PARTE		JUEGO		
15'	30'	Juego 1: el sube y baja de dobles. Equipo VERDE – ROJO y AZUL: puntos Equipo ROJO – AZUL y VERDE: puntos Equipo AZUL – ROJO y VERDE: puntos Vencedor	JUEGO 1	
TIEMPO	TOTAL			
60'	120'			

11^a y 12^a semana

COMPETICIÓN DE DOBLES.

Concepto: realización de una actividad competitiva como medio para trabajar los contenidos practicados anteriormente.

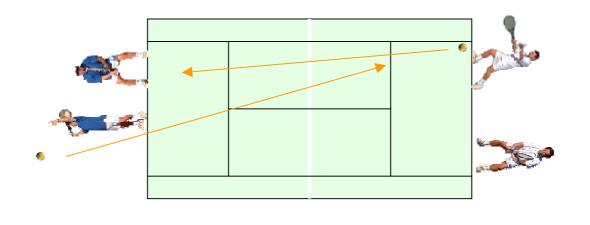
Aspectos que se han de tener en cuenta:

Conceptos de reglamento recordados.

Conceptos tácticos citados.

Conceptos generales de juego:

- El control en la fuerza, la dirección y la trayectoria de los golpes.
- La consistencia en el juego de fondo.
- La importancia de acertar el primer servicio.



EDUC	Α		ENTRENADOR: FECHA:						
	IS.CON	Л						I	
	10.0011	'	GRUPO: 8 AÑOS	TRIMESTRE	3º Nº SE	M	ANA: 11ª	Nº SESIÓN: 1	
CONTENI	DOS PARA	A TRAB	│ AJAR: COMPETICIÓN DE	DOBLES					
TIEMPO	SESIÓN	1	DESARROLLO D	E LA SESIÓN				GRÁFICOS	
SESIÓN	SESIÓN	CALEN	NTAMIENTO TÉCNICO	E LA SESION				GRAFICOS	
1 HORA	2 HORAS		io 1: calentamiento técnico a	antes de un part	ido:	l,			
	INICIAL		loteo fondo-fondo en media			J E R	$\mid \otimes \mid$		
15'	30'		loteo fondo-red (volea y rem			I			
			loteo fondo-red (otro jugado	r).		I		$\otimes \longleftarrow \bigcirc$	
			rvicios. de elección de servicio y de	l lado do campo	,	1			
		Sorieo	de elección de servició y de	i iado de campo	J.				
PARTE PI	RINCIPAI	COMP	ETICIÓN			╁			
15'		_	io 1: competición de dobles	en forma de li	ga y al mejor	E			
15	30'		a <i>mes</i> —modificado— (2 jug	adores arbitran	y 4 jugadores	R			
		juegan).			0			
						1			
		Vence	dor 6 punto	 s					
			dor 6 punto						
			·						
		COMP	ETICIÓN			-			
15'	30'	Ejercic	io 1: competición de dobles						
			tie-break —modificado—	(2 jugadores	arbitran y 4	10			
		jugado	res juegan).			i			
						1			
		Vence	dor 6 punto	 s					
			dor 6 punto						
						\downarrow			
PARTE 15'	FINAL 30'		D POR EQUIPOS O INDIVII 1: el sube y baja de dobles:	DUAL					
15	30		VERDE – <mark>ROJO</mark> y AZUL: p	untos		J			
		Equipo	ROJO – AZUL y VERDE: p	untos		C			
			AZUL – ROJO y VERDE: p			1			
			dor 6 po						
		vence	dor 6 pt	antos.					
	TOTAL								
60'	120'	1				\perp	1		

EDUCA TENNIS.COM			ENTRENADOR: FECHA:			HA:			
			GRUPO: 8 AÑOS	TRIMESTRE:	3°	Nº SEMANA: 12ª		Ra Nº SESIÓN: 1	
CONTENII	DOS PARA	TRAB	AJAR: COMPETICIÓN POR	REQUIPOS					
TIEMPO SESIÓN			DESARROLLO DE LA SESIÓN				GRÁFICOS		
SESIÓN SESIÓN CALEI			NTAMIENTO TÉCNICO				0.0.0.00		
1 HORA	2 HORAS	Ejercici	io 1:						
PARTE			infección de los equipos y o	orden de los juga	adores	s según			
15'	30'		clasificación.						
		• So	rteo y orden de juego.						
PARTE P	RINCIPAL	COMP	ETICIÓN						
15'	30'		io 1: calentamiento técnico e				E J		
10	30		loteo fondo-fondo en media	•			R ·		
			loteo fondo-red (volea y rem	,					
			loteo fondo-red (otro jugado	r).			°	←	
			rvicios.					\longrightarrow	
			de elección de servicio y de		Ο.				
			io 2: competición por equipo quipos están formados por		e iuec	ian dos			
			uales y un doble (el jugador						
			mero 2 contra el número 2).						
			dividuales se juegan en me						
			ta entera. En caso de que	el resultado se	ea 2-0) no se			
			el doble.						
			rtidos son a 1 set de 4 juego	os (tie-break en	4-4).				
30'	60'		ETICIÓN de partidos:				E J E	•	
			-AZUL (VERDE-arbitran)				R C		
		2 indivi							
			-VERDE (AZUL-arbitran)				2		
		2 indivi							
			E-AZUL (ROJO-arbitran)				E T		
		2 indivi	iduales				R C		
								←	
							0 2		
PARTE	FΙΝΔΙ	COMP	ETICIÓN						
TAKIL	TIMAL		-AZUL (VERDE-arbitran)						
		1 doble	,						
		ROJO-	-VERDE (AZUL-arbitran)						
		1 doble							
			E-AZUL (ROJO-arbitran)						
		1 doble		untos					
			dor 10 pı dor 10 pı						
			ta 7 pu						
			ta 7 pu						
		3 ^{er} clas	s 5 pu	ntos.					
TIEMPO	TOTAL	3 ^{er} clas	s 5 pu	intos.					

60'

120'

JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: WINNER FICHA Nº 1

OBJETIVO: TACTICO DE DOBLES | MATERIAL: UN

CARRO DE PELOTAS

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6 PEL

VARIANTES: SE JUEGA EN FORMA INDIVIDUAL (SIN LOS PASILLOS

DE DOBLES)

MODALIDAD: DOBLES (FONDO-RED)

DESCRIPCIÓN:

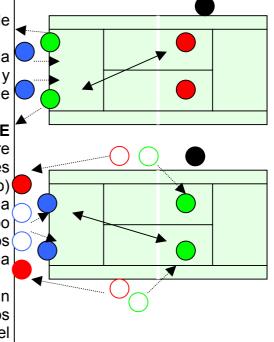
JUGADORES: Hay tres equipos (rojo, verde y azul) de dos jugadores cada uno.

POSICIONES DE INICIO: El equipo rojo (se sitúa en la red) juega contra el equipo verde (se sitúa en el fondo) y el equipo azul espera su turno en el la valla del fondo de la pista.

INICIO DEL JUEGO, PUNTUACION Y CAMBIO DE POSICIONES: El profesor pone la pelota en juego sobre el equipo verde y se inicia un partido al mejor de tres puntos de la siguiente manera: si el equipo de la red (rojo) hace un punto directo (winner) mantiene la posición gana un winner y pasa a jugar contra el equipo azul (el equipo verde pasa a esperar). También si el equipo rojo gana dos de los tres puntos disputados mantiene la posición gana un winner y pasa a jugar contra el equipo azul.

En el caso de que sea el equipo verde el que realice un punto directo o gane dos de los tres puntos disputados saca de la posición al equipo rojo y pasa a jugar contra el equipo azul (pero no gana ningún winner, solo se pueden ganar winners en la posición de red). El cambio de lado tiene que ser muy rápido ya que cuando un equipo pierde la posición de red el profesor pone la pelota en juego en forma de globo para que el equipo que esté en el fondo realice tras el bote un remate contra el equipo que acaba de llegar a la red.

Gana el primer equipo que consiga 7 winners.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: EL DESGUACE FICHA Nº 2

OBJETIVO: DIVERSION MATERIAL: UN

CARRO DE

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6-8 PELOTAS

VARIANTES: SOLO SE GOLPEA DE DERECHA O DE REVES.

MODALIDAD: GOLPEO EN FORMA DE RUEDA.

DESCRIPCIÓN:

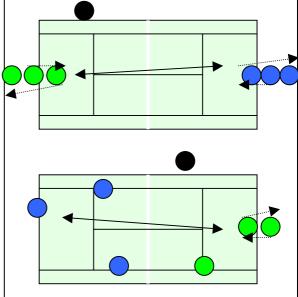
JUGADORES: Hay dos equipos (verde y azul) de trescuatro jugadores cada uno.

POSICIONES DE INICIO: El equipo verde y azul sé posicionan en fila detrás de la línea de fondo.

INICIO DEL JUEGO: El profesor pone la pelota en juego sobre uno de los dos equipos.

CAMBIO DE POSICIONES: El primer jugador de la fila tras el bote golpea de fondo y se pone en el ultimo lugar de la fila. Si el jugador que golpea falla la pelota tiene que dejar la raqueta y tiene que jugar con la mano (coger y tirar la pelota). Si el jugador pierde el punto tirando con la mano, se va al desguace. El desguace esta en el pasillo de dobles, él jugador tiene que intentar tocar con su raqueta un golpeo del equipo contrario (tiene que tener como mínimo un pie dentro del pasillo de dobles) de esta manera si lo consigue vuelve a la fila de su equipo y puede jugar con la raqueta.

PUNTUACIÓN: Gana el que envía a todo el equipo contrario al desguace.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: SUBE Y BAJA DE DOBLES FICHA Nº 3

OBJETIVO: TACTICO DE DOBLES MATERIAL: UN

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6 PELOTAS

VARIANTES: SE SUBE A LA RED SI BOTA EN EL CUADRO DE

SAQUE

MODALIDAD: DOBLES

DESCRIPCIÓN:

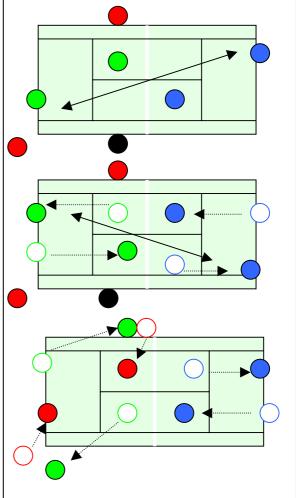
JUGADORES: Hay tres equipos (rojo, verde y azul) de dos jugadores cada uno.

POSICIONES DE INICIO: El equipo verde juega contra el azul y el rojo espera.

INICIO DEL JUEGO: El profesor pone la pelota en juego sobre el equipo azul y éste juega un partido contra los equipos rojo y verde alternándose dos puntos con cada uno de los dos equipos.

CAMBIO DE POSICIONES: Al finalizar el partido pasa a jugar el equipo verde contra el rojo y el azul y por último el equipo rojo juega en contra de los equipos azul y verde.

PUNTUACIÓN: Se juega una liga entre tres equipos al mejor de 11 puntos (juegan dos equipos contra uno). El equipo que va solo y consigue mejor resultado es él que gana.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: LA RUEDA	FICHA Nº 4			
OBJETIVO: DIVERSION	MATERIAL: UN			
	CARRO DE			
TIEMPO: 15 MIN Nº DE ILIGADORES: 6	DEI OTAS			

VARIANTES: LOS DE FONDO GOLPEAN SOLO DE DERECHA, DE REVES O EN FORMA DE GLOBO POR ENCIMA DE LOS DE LA RED.

MODALIDAD: TRIO

DESCRIPCIÓN:

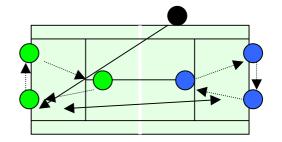
JUGADORES: Hay dos equipos (verde y azul) de tres jugadores cada uno.

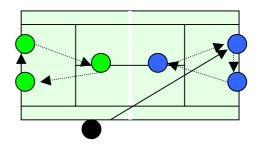
POSICIONES DE INICIO: Los jugadores de cada equipo se sitúan dos en el fondo y uno en la red.

INICIO DEL JUEGO: El profesor inicia el juego de todo el 1r set sobre el jugador de fondo del equipo verde que está situado en la posición de "deuce". El 2º set se inicia sobre el jugador de fondo del equipo azul que está en la posición de "deuce". El 3r set (si lo hubiese) la mitad del set se sirve hacia un equipo y la otra mitad hacia el otro.

CAMBIO DE POSICIONES: Al finalizar cada punto los jugadores se intercambian las posiciones girando en dirección a las agujas del reloj.

PUNTUACIÓN: Se juega un partido al mejor de 3 sets a 11 puntos cada set.





JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: TENNIS VOLEY FICHA Nº 5

OBJETIVO: VOLEA MATERIAL: UN

CARRO DE

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6 PELOTAS

VARIANTES: JUGANDO GOLPEANDO TRAS EL BOTE. JUGANDO

GOLPEANDO POR ENCIMA DE UNA CINTA.

MODALIDAD: TRÍO

DESCRIPCIÓN:

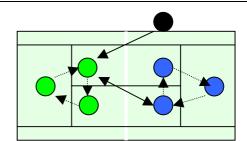
JUGADORES: Hay dos equipos (verde y azul) de tres jugadores cada uno.

POSICIONES DE INICIO: Los jugadores de cada equipo se sitúan dos en la red y uno en tres cuartos de pista.

INICIO DEL JUEGO: El profesor inicia el juego sobre uno de los dos equipos. Los jugadores de ambos equipos pueden golpear de tres formas. 1ª directamente de volea, 2ª pasándola a un compañero y éste sin dejarla botar de volea y 3ª realizar dos pases antes de volear hacia el equipo contrario.

CAMBIO DE POSICIONES: Al finalizar cada punto los jugadores se intercambian las posiciones girando en dirección a las agujas del reloj.

PUNTUACION: Se juega un partido al mejor de 3 sets a 11 puntos cada set.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: DOS CONTRA UNO FICHA Nº 6

OBJETIVO: TACTICO DE SINGLES MATERIAL: UN

CARRO DE

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6 PELOTAS

VARIANTES: GOLPEANDO LA PAREJA SOLO DE DERECHA O DE REVES. GOLPEANDO POR ENCIMA DE UNA CINTA.

MODALIDAD: DOS GOLPEAN EN FORMA DE RUEDA Y UNO GOLPEA SOLO

DESCRIPCIÓN:

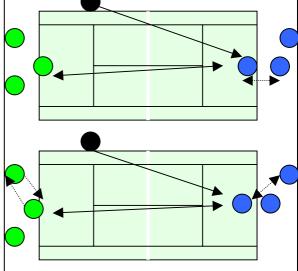
JUGADORES: Hay dos equipos (verde y azul) de tres jugadores cada uno y solo vale el campo individual.

POSICIONES DE INICIO: En el 1r set el equipo verde juega en la modalidad de individual contra el equipo azul que golpean en forma de rueda. En el 2º set es el equipo azul el que juega en individual y el equipo verde el que juega en forma de rueda. El 3r set cada equipo juega la mitad del set en individual.

INICIO DEL JUEGO: El profesor pone la pelota en juego sobre la pareja.

CAMBIO DE POSICIONES: Si el jugador que juega solo gana el punto mantiene la posición, si pierde el punto es sustituido por uno de sus compañeros. Lo mismo la pareja, aunque solo es sustituido el jugador que falla el punto.

PUNTUACIÓN: Se juega un partido al mejor de 3 sets a 11 puntos cada set.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: EL TRÍO FICHA Nº 7

OBJETIVO: TACTICO DE SINGLES MATERIAL: UN

CARRO DE

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6 PELOTAS

VARIANTES: LA PAREJA GOLPEA SIEMPRE DE DERECHA O DE REVES. SI BOTA EN EL CUADRO DE SAQUE HAY QUE SUBIR A RED MODALIDAD: DOS GOLPEAN EN FORMA DE RUEDA Y UNO GOLPEA SOLO.

DESCRIPCIÓN:

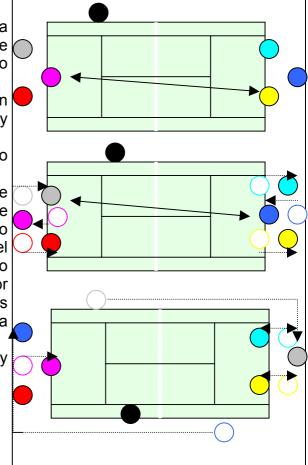
JUGADORES: Se juega siempre dos jugadores contra uno. La pareja no puede golpear hacia los pasillos de dobles pero si el que va solo. Se trata de intentar ganar o mantener la posición de solo

POSICIONES DE INICIO: En un fondo de la pista hay un jugador jugando y dos esperando, en el otro fondo hay dos jugadores jugando y uno esperando.

INICIO DEL JUEGO: El profesor pone la pelota en juego sobre cualquiera de los jugadores.

CAMBIO DE POSICIONES: Si el jugador que va solo le gana el punto a la pareja, éste mantiene la posición de jugar solo y con la pareja se retiran para que entren el trío que estaba en espera. Si el jugador que va solo pierde el punto, pierde también la posición de solo intercambiándose rápidamente la posición con el jugador de la pareja que le ha ganado el punto(mientras intercambian la posición entran a jugar el trío que estaba en espera).

PUNTUACIÓN: Solo se puntúa en la posición de solo y gana el primero que llega a 7 puntos.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: EL GRAN SLAM FICHA Nº 8

OBJETIVO: TACTICO DE SINGLES MATERIAL: UN

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6 CARRO DE PELOTAS

VARIANTES: EN LA MODALIDAD DE DOBLES

MODALIDAD: INDIVIDUAL

DESCRIPCIÓN:

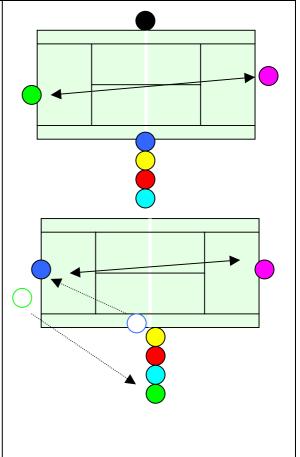
JUGADORES: Se juega individual. Los jugadores eligen jugar uno de los cuatro torneos del Gran Slam (Wimbledon, Roland Garros, Open USA o Open de Australia)

POSICIONES DE INICIO: Dos jugadores en cada uno de los fondos de la pista, el profesor en el poste de la red, y cuatro jugadores en fila esperando en el otro poste de la red.

INICIO DEL JUEGO: El profesor pone la pelota en juego sobre uno de los dos jugadores.

CAMBIO DE POSICIONES: El jugador que gana el punto mantiene la posición, el que pierde se va a esperar al poste y cede su sitio a un compañero que viene corriendo desde el poste de la red y golpea la pelota que a puesto en juego el profesor.

PUNTUACIÓN: Se puntúa como si se pasaran rondas en un torneo. Se empieza a contar de 1/6 de final, si el jugador gana el punto pasa a 1/8 si gana pasa a 1/4 si gana pasa a 1/2 si gana pasa a la final y si gana la final gana el torneo. Si un jugador pierde un punto se va al ultimo lugar del poste de espera y empieza otra vez desde 1/16 de final



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: EL REY EN MEDIA PISTA PARALELA FICHA Nº 9

OBJETIVO: TACTICO DE SINGLES MATERIAL:

CUATRO PELOTAS

TIEMPO: 15 MIN | N° DE JUGADORES: 3

VARIANTES: OBLIGANDOLOS A JUGAR DE UNA DETERMINADA

MANERA

MODALIDAD: INDIVIDUAL

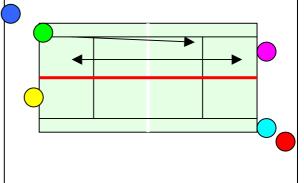
DESCRIPCIÓN:

JUGADORES: Se juegan puntos en media pista paralela en forma individual.

POSICIONES DE INICIO: Dos jugadores realizan un punto en media pista paralela mientras uno espera en el fondo de la pista.

INICIO DEL JUEGO: El jugador dispone de dos servicios para desde la línea de fondo del pasillo de dobles introducir la pelota en el cuadro de sague.

CAMBIO DÉ POSICIONES Y PUNTUACION: Cada uno de los jugadores al servicio juega un punto y el primero que consigue 3 puntos gana la posición de solo y pasa a ser el rey.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: EL REY SIRVIENDO EL PROFESOR

APROXIMACION A LA RED

OBJETIVO: TACTICO DE SINGLES

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6

FICHA Nº10

MATERIAL: UN

CARRO DE

PELOTAS

VARIANTES: GOLPEANDO LA PELOTA QUE SIRVE EL PROFESOR

DE DEFENSA, DE ATAQUE, DE VOLEA, DE REMATE ETC.....

MODALIDAD: INDIVIDUAL

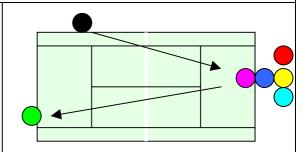
DESCRIPCIÓN:

JUGADORES: Hay un jugador que va solo y otros cinco que esperan en el otro lado de la pista.

POSICIONES DE INICIO: El jugador que va solo se coloca en el centro de la pista, los cinco jugadores que esperan se colocan en fila detrás de la línea de fondo.

INICIO DEL JUEGO: El profesor pone la pelota en juego para que el primer jugador de la fila pueda realizar un golpe de aproximación a la red.

CAMBIOS DE POSICION: El jugador que consigue ganar tres puntos al rey le gana la posición y pasa él a ser el rey.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: LA COPA DAVIS FICHA Nº11

OBJETIVO: TACTICO DE SINGLES Y DOBLES | MATERIAL: SEIS

PELOTAS

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6

VARIANTES: OBLIGÁNDOLOS A JUGAR DE UNA DETERMINADA MANRERA

MODALIDAD: INDIVIDUAL Y DOBLES

DESCRIPCIÓN:

JUGADORES: Se forman dos equipos de tres jugadores cada uno. Estos se numeran del 1º al 3º(según clasificación o nivel de juego). Se juega a un tie-break en media pista paralela, excepto el partido de dobles que se juega en la pista entera.

POSICIONES DE INICIO Y CAMBIOS: 1ª ronda: los números 1 contra los 2 y 3 (juegan golpeando en forma de rueda o el que falla sale y entra el que espera).

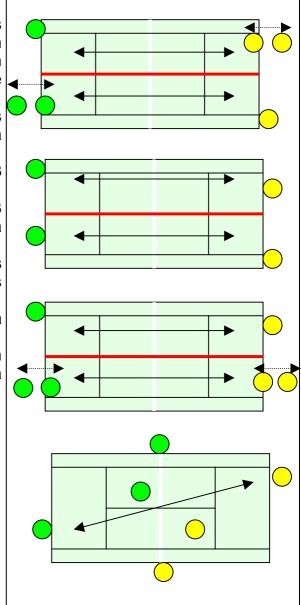
2ª ronda: él numero 2 contra el numero 2 y el 3 contra el 3 (los números 1 arbitran).

3ª ronda: él numero 1 contra el 1 y los números 2 y 3 contra los 2 y 3 (jugando en forma de rueda o el que falla sale y entra el que espera).

4ª ronda: un doble jugando ambos equipos con tres jugadores, pero el jugador que falla o le ganan el punto es sustituido por el que espera

INICIO DEL JUEGO: En media pista paralela: desde la línea de fondo del pasillo de dobles.

PUNTUACION: Cada partido ganado por un equipo es un punto, el equipo que sume mas puntos es el que gana la eliminatoria.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: EL POZO EN MEDIA PISTA FICHA Nº12

OBJETIVO: TACTICO DE SINGLES MATERIAL: NUEVE

PELOTAS

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6

VARIANTES: OBLIGANDOLOS A JUGAR DE UNA DETERMINADA

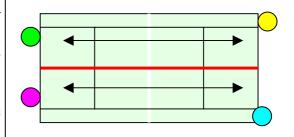
MANERA

MODALIDAD: INDIVIDUAL

DESCRIPCIÓN:

JUGADORES, POSICIONES DE INICIO, CAMBIOS Y PUNTUACION: Se juega un tie-break en media pista paralela sirviendo desde la línea de fondo del pasillo de dobles, la ultima media pista es el pozo y la primera es la pista ganadora. Si se gana el tie-break se sube de pista si se pierde se baja. Gana quien esté en la primera media pista al finalizar las tres primeras rondas.

Hay que colocarlos al principio por orden de calidad.





JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: PARTIDO A 7 PUNTOS EN MEDIA

PISTA CRUZADA

FICHA Nº13

OBJETIVO: TACTICO DE SINGLES

MATERIAL: SEIS

PELOTAS

TIEMPO: 15 MIN I

N° DE JUGADORES:

VARIANTES: EN LA MODALIDAD DE DOBLES

MODALIDAD: INDIVIDUAL

DESCRIPCIÓN:

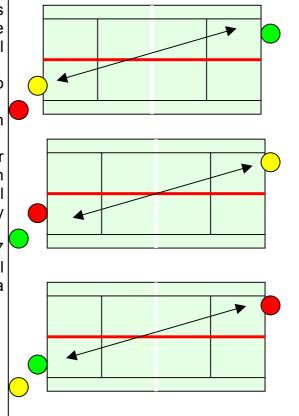
JUGADORES: Se juega un partido de un equipo de dos jugadores (amarillo y rojo) contra un jugador (verde) que va solo utilizando media pista cruzada, decidiendo el profesor si valen los posillos de dobles o no.

POSICIONES DE INICIO: Dos jugadores juegan un punto mientras el otro jugador del equipo espera su turno.

INICIO DEL JUEGO: El equipo siempre sirve y se turnan a jugar un punto completo cada jugador.

CAMBIOS DE POSICION: Cuando se finaliza el primer partido a 7, el jugador amarillo pasa a jugar en la posición de solo y el jugador verde pasa a formar equipo con el rojo. Por último el jugador rojo pasa a la posición de solo y juega contra el verde y el amarillo.

PUNTUACION: Gana el partido el primero que llegue a 7 puntos (con dos de diferencia) y gana la competición el que mejor resultado obtenga de los tres partidos en la posición de solo.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: PARTIDO A MENOS 1 EN MEDIA

PISTA PARALELA

FICHA Nº14

OBJETIVO: TACTICO DE SINGLES

MATERIAL: SEIS

PELOTAS

TIEMPO: 15 MIN N° DE JI

N° DE JUGADORES: 3 EN

MEDIA PISTA

VARIANTES: JUGANDO EN MEDIA PISTA CRUZADA. EN LA

MODALIDAD DE DOBLES.

MODALIDAD: INDIVIDUAL

DESCRIPCIÓN:

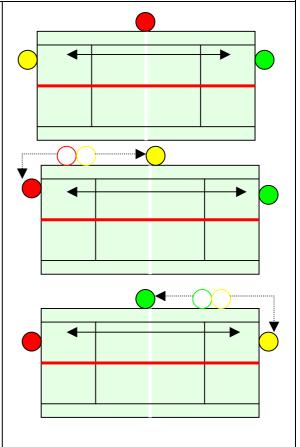
JUGADORES: Se juega una competición fijando un tiempo determinado y utilizando media pista paralela entre tres jugadores.

POSICIONES DE INICIO: Dos jugadores juegan un punto mientras el otro jugador espera su turno en un poste de la red.

INICIO DEL JUEGO: Es el profesor el que debe elegir entre servir por arriba o por abajo.

CAMBIOS DE POSICION: El jugador que gana el punto mantiene posición, el que pierde intercambia la posición con el que espera en la red.

PUNTUACION: Todos los jugadores empiezan con cero puntos, cada vez que un jugador pierde un punto se resta menos 1 punto. Al finalizar el tiempo fijado por el profesor el jugador que tenga menos puntos negativos es el que vence.



JUEGOS Y COMPETICIONES

NOMBRE: OLIMPICO FICHA Nº 15

OBJETIVO: TACTICO DE DOBLES MATERIAL: UN

TIEMPO: 15 MIN N° DE JUGADORES: 6 PELOTAS

VARIANTES: SE JUEGA EN FORMA INDIVIDUAL (SIN LOS PASILLOS

DE DOBLES)

MODALIDAD: DOBLES (FONDO-RED)

DESCRIPCIÓN:

JUGADORES: Hay tres equipos (rojo, verde y azul) de dos jugadores cada uno.

POSICIONES DE INICIO: El equipo rojo (se sitúa en la red) juega contra el equipo verde (se sitúa en el fondo) y el equipo azul espera su turno en el la valla del fondo de la pista.

INICIO DEL JUEGO, PUNTUACION Y CAMBIO DE POSICIONES: El profesor pone la pelota en juego sobre el equipo verde y se realiza un punto: si el equipo de la red (rojo) hace un punto directo (suma un punto), gana el que mas puntos suma.

Para subir a la red hay dos posibilidades o realizar un punto directo o que el equipo de la red falle dos veces consecutivas (si los errores son alternados conservan la posición).

Los equipos que están jugando de fondo se intercambian sus posiciones en dos situaciones: que el equipo que está jugando falle tres veces o que reciba un punto directo por parte del equipo de la volea.

En caso que el cambio de jugadores de fondo a red se realice por un punto directo la pelota será puesta en juego por el profesor con un globo (para que los jugadores puedan intercambiar sus posiciones), en caso que el cambio se realice por dos fallos consecutivos de los jugadores en la red la pelota será puesta en juego convencionalmente.

